

مَوْسُوعَةُ الْعَايَةِ بِالطِّفْلِ

٩

تَرْبِيَةُ ابْنِ الْأَيْمَنَاءِ



إعداد  
عائدة الترواح حبيبة



دار أسامة للنشر والتوزيع  
الأردن - عمان







# موسوعة

العناية بالطفل

و

تربية الأبناء

إعداد

عايدة الرواجبة

الناشر

## دار أسامة للنشر والتوزيع

الأردن - عمان

تلفاكس : ٤٦٤٧٤٤٧ - فاكس : ٥٨٦٣٦٣٣

ص.ب : ١٤١٧٨١

جميع الحقوق محفوظة للنشر

الطبعة الأولى

٢٠٠٠م

## مَقَالَةٌ

اهتمت الأديان بتربية الناشئة وإعدادها إعداداً جيداً لتتأهل لتحمل المسؤولية وكان حظ الإسلام النصيب الأوفر لهذه العناية، فقد روى ابن عيسى أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : {الزموا أولادكم وأحسنوا أدبهم}.

ولفظ الأولاد يطلق ويراد به الذكور والإناث ، وهم المعبر عنهم بشباب الجيل، فالشباب من الذكور والشابة من الإناث هم الأولاد وقد أعطاهم النبي الكريم هذه العناية الفائقة في هاتين الجملتين العظيمتين، ففيهما إسعاد الأمم والأوطان وبالتالي في إسعاد البشرية كلها.

فأما الجملة الأولى فتتطلب من الآباء أن يلزموا أولادهم صغاراً كانوا أم كباراً بالإشراف الكامل حتى يشبوا تحت أبصارهم وأسماعهم على الصدق والأمانة والصبر والإخلاص والإقبال على العلم والتعلم، وعلى الإقبال الدائب المستمر على الأخلاق العالية والآداب السامية، ورعاية حقوق الخالق والمخلوق، وهم من آباؤهم كما قال القائل الحكيم : (إنما أولادنا بيننا لكبادنا تمشي على الأرض).

ومعنى الحديث أن عليكم بأولادكم في جميع أوقاتهم وفي كل أحوالهم بمعرفة حركاتهم وتصرفاتهم وجميع أعمالهم فما كان منها نافعاً صالحاً اقروههم عليه، وما كان طالحاً وغير نافع حذروهم منه، ولكن بالحكمة والموعظة الحسنة وبالرفق الذي لا يكون في شيء إلا زانه، ولا ينزع من شيء إلا شانه.

ثم تأتي الجملة الثانية في الحديث الشريف " وأحسنوا أدبهم "، أمر جازم صارم بحسن أدب الأولاد ذكورا وإناثا، وحسن الأديب، تعليم وتوجيه وإرشاد، وغرس الفضائل، وتحذير من الشر والفساد، والردائل.

وإن إهمال أدب الأولاد له عواقب وخيمة فهو السبب المباشر من فساد الأخلاق وانحراف السلوك، وإذا أصيب قوم من الأتوم في أخلاقهم ضل سعيهم في الحياة، وهم يظنون أنهم يحسنون صنعا

وبعد: فقد أعدت هذه الموسوعة الميمرة والمبسطة بما يهم كل أسرة حول فلذات أكبادها سائلا العلي القدير أن تكون ذا نفع وفائدة لكل من يقرأها أو يطلع عليها، فإن كنت قد أصبت فهو من الله تعالى وإن كنت قد أخطأت فذلك حسبي ، والله الموفق.

المؤلفة



## تربية الآباء

### أهم من

## تربية الأبناء

تدل جميع حالات عصبية الأطفال على أنهم مجني عليهم من الآباء ومن البيئة التي نشأوا فيها.

وفيما يلي بعض الصفات التي يتميز بها آباء وأمّهات وبيئات الأطفال الذين يعانون من العصبية وهي :-

١. أبناء يعانون من العصبية عاشوا في منازل تتميز بالتوتر والقلق أو الاضطراب العائلي، وأن أحد الأبوين أو كليهما يعاني بدرجة كبيرة من القلق النفسي والعصبية والحدة في تعامله مع أولاده أو مع جميع أفراد الأسرة.

٢. آباء يتدخلون في كل صغيرة وكبيرة من شؤون أبنائهم بحيث لا يشعر الطفل بالحرية وبذاته، بل ينشأ اعتماديا رغم كراهيته للاعتمادية ... ويصبح الطفل مستقلا.

٣. آباء لم يشجعوا أبنائهم على الاختلاط وتنمية شخصياتهم اجتماعيا لخوفهم عليهم من الاختلاط أو من الحسد، وذلك لأن الآباء أنفسهم يعانون من القلق النفسي.

٤. إن أسلوب كثير من الآباء في التربية يعتمد على القوة والضرب والتحقير.

٥. جهل آباء بضرورة إشباع الحاجات النفسية للأبناء وهذه الحاجات هي

شعور الطفل بأنه محبوب وشعوره بالأمن والطمأنينة، وشعوره بالتقدير، ودرجة معقولة لا تصل إلى حد التكتليل ... فالتكتليل له خطره كالقسوة تماماً ... فكلاهما مبالغة.

٦. عدم إدراك الكثيرين من الآباء لأهمية السهوليات والرياضة البدنية والترويح عن النفس بالتزده، أو الاشتراك في النشاط المدرسي والتربية الفنية، والرحلات المدرسية ... فهذه كلها تساعد على تنمية شخصية الطفل نفسياً واجتماعياً، وهي ليست مضيعة للوقت كما يظن بعض الآباء.

لذلك يجب توعية الآباء بأسباب عصبية الأطفال حتى لا يجنوا بتصرفاتهم وعصبيتهم على أبنائهم، ويجب على الآباء ضبط سلوكهم وإشاعة جو الهدوء والسعادة في المنزل إذا كانوا يريدون لأبنائهم ألا يشبوا عصبيين أو يعانون من الحركات اللاإرادية .

إن عصبية الأطفال ليست وراثية بيولوجية عن طريق الدم من الآباء إلى الأطفال، إنما هي سلوك يتعلمه الأبناء من الآباء، أو سلوك قهري نتيجة كبت الآباء والأبناء، أو تكليلهم تكليلاً يخلق منهم أفراداً يعملون للسيطرة على البيئة وفق هواهم.

نرجو بهذه الدراسة الموجزة أن يعدل الآباء من سلوكهم نحو أبنائهم، وأن يلجأون إلى طلب المساعدة من العيادة النفسية، ولا يلجأ إلى الشدة والزرع والقسوة لعلاج عصبية الأطفال.

## "الإجازة وسيلة تربوية"

ليست الإجازة وقتاً نضيعه سدى، إنما هناك مغزى تربوي هام نشير إليه ... فالإجازة تهيئ الفرد لما يستقبل من أمور، وتجعله أكثر استرخاء واستجماما، فضلاً عن أنها فرصة ذهبية لتنمي علاقاتنا العائلية ! فكثيرا ما تختلف الأمهات مع الآباء فيما يتعلق بالأسلوب الأمثل لتربية الأبناء، فقد يكون الأب أكثر تساهلا، تاركا الحبل على غاريه لأبنائه، يأمرهم وينهون كما يحلو لهم بالمنزل. وقد تكون الأم أكثر تصلبا وتشددا ، فلا تسمح لأبنائها بحرية التصرف إلا في حدود ضيقة. وفي جو هذه التناقضات السلوكية تهب العاصفة لتصف بحياة الزوجين بل بالحياة الأسرية كلها ! .

ولهذا ينبغي أن يجتهد الوالدان في أن يوفرا الوقت الذي يستطيعان فيه أن يتناقشا سويا في أسلوب التربية الواجب اتباعه تجاه الأبناء. ونرى أن أنسب هذه الأوقات وقت الإجازة ! لأن هموم الحياة ومشاغها لا يتيح للآباء مثل تلك الفرصة، فضلا عن أعبائها النفسية التي يعاني منها الوالدان والأبناء أيضا.

نعود لنؤكد - أن الإجازة منحة يجب استغلالها حتى نبدأ حياتنا من جديد، نبدأها بطريقة أفضل وبأسلوب أمثل. وتحقيقا لذلك يجب أولا أن نبعد أطفالنا عن مشاكلنا كأزواج وزوجات، حتى لا نكون لهم للمثل السلوكي السيئ!

ويحلو لبعض الآباء أن يخفوا من جسامه أخطائهم، متهمين أطفالهم باتهامات مختلفة كالعصيان والمساكمة من حيث أن الحقيقة غير ذلك ! وأخطر ما في تلك الاتهامات التي نكيلها لأطفالنا أنها قد تصبح صفة من صفاتهم أو أسلوبا من أساليبهم يصعب الاستغناء عنها!

لماذا لا ننتهز فرصة تمتعنا بشمس الصيف وحمامات البحر أثناء تمضيّتنا الإجازة على الشاطئ مثلا، لمعالجة تلك السلوكيات غير المرغوبة أصلا؟!

فيمكن للأبوين أن يقررا عدم العودة إلى كشف أخطاء أبنائهم والتركيز عليها، بل يجب التركيز على حسناتهم مع الإشارة الخفيفة للتصرف غير المستحب الذي قد يصدر عنهم. وحينئذ قد يتحول الطفل العنيد إلى شخص أكثر مرونة وتطوعا لأنه يضطلع بمهامه ومسؤولياته داخل الأسرة. أو قد يتحول المشاغب إلى طفل وديع وكثير نشاطا وكثير إنتاجا للنافع من الأمور والمفيد من التصرفات.

ومن البديهي أن الأطفال سوف يدركون من فورهم قيمة هذا الأسلوب الجديد في التحدث معهم، وهذه هي الطريقة المثلى لمناقشتهم وتوجيههم، فحشرون بأنهم أحوج ما يكونون لمثل هذا المنهج التربوي السليم، مما يدفعهم إلى تعديل سلوكهم ليسيروا في الاتجاه المرغوب.

وهكذا يمكن للوالدين أن ينعموا بالإجازة وبأبناء أكثر  
معادة وحياة لكثير هناء.

## سعادة الأسرة

### بسعادة الطفل

" أطفالنا أكبادنا تمشي على الأرض ... "

أي زينة أروع وأمتع زينة من الطفولة البريئة ، الطاهرة، التي، إن أنعم الله بها على بيت، حولته إلى جنة فرح، وملأت أرجاءه بهجة وزهوا وجور.

وكانني بالبيوت التي حرمها القدر نعمة الأطفال، هي بيوت الحزن والكآبة فلا الأهازيج تملأ البيت، ولا " للضحكات " تصدح بها الحناجر البريئة الصغيرة، ولا " الوعوات " تنتير همة الأم، وعاطفة الأب، ولا الحياة تذب في كل ركن ...

ولعل أروع ما في الطفولة أنها " تختصر فرح الدنيا " كما يقول أحد الفلاسفة. فكم من أب أتمته ابتسامة طفله كل متاعب النهار، ومصاعب الحياة، وكم من أم عوضت عليها مناغاة طفلها والسهر عليه لذات الحياة ! وليس من العيب التقدير الذي منحه نابليون للأم عندما قال: " الأم التي تهز السرير بيمينها تهز العالم بيسارها".

وشرف للأم عظيم. الذي تربيته اليوم صغيراً في المهد، وتثقف تربيته، هو الذي سيكون عظيماً بين أبناء جيله، وسيلعب الدور الفعال في بيئته، وفي مجتمعه.

وتربية الأطفال فن قائم بذاته. ويؤكد علماء التربية والاختصاصيون أن التربية الصحيحة تعني طفولة سعيدة. والطفل السعيد اليوم هو الرجل العظيم

في الغد.

ولا يكفي لإسعاد الطفل أن نحضر له زجاجة الحليب، أو نغير ملابسه، أو نحيله إلى الخادمة كي تنكبر ثؤونه. فسعادة الطفل تتطلب أكثر من ذلك بكثير. تتطلب عناية الأم، كما عناية الأب قبل كل شيء. تتطلب المسهر الدائم على راحته وسلامته، والحرص الدائم على تنمية حواسه. و"توسيع أفاقه". يقول فريدي إن حضور الأم إلى جانب الطفل أمر حيوي وضروري.

فليت كل الأمهات يعملن بهذه النصيحة، فلا يتركن أطفالهن في "رعاية" الخادمت، - وكم من أطفال كانوا ضحايا الخادمت - ولا يدعهم يكون ويتوجعون ويبولون في "حفاضاتهم"، لأن السعادة هي التربية الخصبة التي تنمو فيها شخصيته وتتفتح كفاءاته. وسعادة للطفل سعادة للأسرة كلها إذ لا يسعنا تصور أسرة سعيدة تضم بين جوانحها طفلاً أو أطفالاً تعساء لا يعرفون للابتسام معنى ولا إلى المرح سبيلاً. إن إبتسامه الطفل المشرقة هي شمس حقيقية تنشر نورها الوضاء ودفئها المحيي في أرجاء البيت وتبدد هموم العائلة ومتاعبها تماماً كما تفعل أشعة الشمس بغيوم الصباح.

أما القواعد للعريضة لتحقيق هذين العرضين فيمكن تلخيصها بما يلي :

١. خلق جو من العناية والاهتمام بالطفل فلا يدخله شعور بأنه كماً مهماً أو " شيئاً صغيراً " في البيت.
٢. ترك مقدار معقول من الحرية أمامه لكي يعبر عن ذاته باللهو أو للدرس أو معايشة أترابه.

٣. تعويده، منذ نعومة أظفاره، العادات الحسنة كالاهتمام بنظافته الشخصية والمحافظة على ثيابه وكتبه وأدواته واحترام أثاث البيت ومقتنيات أهله.

٤. تعويده على الدقة والنظام في مأكله ونومه ودراسته بحيث لا تتسلل إليه الفوضى فيشب عليها ولا يستطيع الإقلاص منها بعد ذلك أبدا.

٥. تعليمه الصدق مهما كانت الحقيقة قاسية أو مريرة وهذا لا يكون إلا بتحاشي الأبوين للكنب عليه في أي حال من الأحوال فإذا عداه بشيء عليهما الوفاء بوعدهما. وإذا سألهما عن أمر اصدقاه القول دون مواربة أو مداراة.

٦. غرس صفات الكرم وحب الغير وعدم إيذاء الحيوان أو النبات ومساعدة من هو أصغر منه أو أضعف.

٧. حب العمل المثمر ولكن دون قسوة أو إرهاق فإن هو أنهى واجباته المدرسية سمح له باللهو ساعة أو مشاهدة برنامج الأطفال في التلفزيون.

٨. التهذيب ومراعاة شعور الآخرين والابتعاد عن كل مظاهر الوقاحة قولاً وعملاً.

تلك هي أسس التربية الصحيحة التي تهين الطفل لكي يغدو رجلاً نافعاً، واثقاً من نفسه، منتجاً، محباً للخير. يحترم من هم أكبر منه ويعطف على من هم أصغر ...

وهي أسس من البساطة بحيث لا يعسر على أي أبوين تطبيقها ببذل قدر كاف من الجهد والاهتمام. فمعاودة طفلها تستحق ذلك، ومستقبله كإنسان نافع لأسرته ووطنه والإنسانية جدير بأكثر من ذلك.

## (( أيها الأب اتوك العصا ))

يتصرف الأطفال أحيانا تصرفات لا تسيّر وفق  
رغبات الكبار أو هواهم وتوقعاتهم. إن هذا  
أمر طبيعي جدا ولا يعتبر شذوذاً. للشذوذ أن  
تحمل بوجه طفلك العصا أو أن تهينه  
وتستخف به!

كثيرا ما يقوم معظم الآباء والأمهات بإقامة نظام أو برنامج في نظرهم  
يعتبر نظاماً أسطورياً وهذا نظام خاطئ لعدة عوامل :

- منذ بضع سنوات تحدث أحد الأطباء الأمريكيين في اجتماع عقده  
المجلس الوطني للعلائق الأسرية عن قصة غريبة صادفها في حياته العملية.  
فقد كان ذلك الطبيب يقوم بمعالجة إحدى مريضاته. وكان تاريخ مرضها يقول  
انها كان يساء إليها وهي طفلة. فلما جاء دور الأم أمرت طفلتها البالغة من  
العمر عامين ونصف العام ألا تروح مقعدها في غرفة الانتظار وان تنتظرها  
حتى تعود لأخذها من غرفة الطبيب. ولكن الطبيب ألح على الأم أن تحضر  
ابنتها معها فرافقت الطفلة أمها. فلما دخلت الطفلة مكتب الطبيب لاحظت على  
الفور امتلاء منفضة السجائر بالرماد على المنضدة. فما كان منها إلا أن أفرغت  
المنفضة في سلة المهملات وشدت ورقة من علبة أوراق التنظيف ومسحت  
المنضدة بها. وقد اعجب الطبيب بتصرف الطفلة فلما اطراها أمام أمها قالت  
الأم : "حقا انها خير عون لي وهي تؤدي لي كثيرا من الأعمال المنزلية".



تدل تلك الدراسات على أن كثيرا من اللوالدين يسيئون إلى أطفالهم الصغار يتوقعون أن يبدي أولئك الأطفال من السلوك ما هو غير واقعي. وهؤلاء يوقعون بالطفل انكى العقوبة إذا ما تعارضت توقعات الوالدة أو الولد مع تصرفات الطفل. وقد وصف بعض علماء النفس أولئك الآباء والأمهات بأنهم ينظرون إلى صغارهم من وراء عذمت مشوهة، إذ يعتونهم صغارا في حاجة إلى العون والمساعدة، وأنهم ما يزالون ضعافا ذوي قدرات محدودة، لذلك فهم يعاملونهم وكأنهم أشخاص كبار قادرين على تمييز الأمور والظفر بآيات الاحترام.

وفي حين أن معظم الآباء والأمهات لا يسيئون معاملة أطفالهم فعلا، فإن هناك عددا كبيرا من أولئك يرون ضرورة تلبية كثير من التوقعات الغريبة من صغارهم. مثلا هناك امهات يتوقعن من رضعهن أن يناموا الليل لوحدهم فرادى، وقبل أن يكتمل لديهن نمو شبكتهم العصبية. كما أن هناك امهات يصبن بخيبة أمل لأن طفلة في الثانية من عمرها مثلا لا " تفهم " سبب أهمية عدم وضع يديها على " طقم " من الصيني الثمين موضوع على المنضدة، أو أن تتوقع من طفل في الرابعة من عمره تلبية أوامر أمه بحكم ما يتخيله من تنفيذ وعد في الشهر القادم من قبلها لإتحافه بهدية قيمة.

والحقيقة أن الأطفال في مختلف مراحل تطورهم يختلفون عن بعضهم اختلافا كبيرا في قدراتهم وكيفية تصرفاتهم للنظامية واتباعهم أصول الروتين ووضع خطط المستقبل. فقد تكون هذه الصفات مناسبة لعمر من الأعمار، لذلك فهي لا تناسب منا أخرى.

• الأطفال لا يستطيعون فهم معنى القواعد والأنظمة، فهم معنى الثواب

والعقاب وهم عاجزون أيضا عن إيجاد علاقة بين أعمالهم وردود فعل الآخرين. لذلك فإن سلوك الطفل ذي الرابعة من عمره يختلف عن بكاء الرضيع مثلا. فذلك السلوك قد يتطلب حدوث استجابة لتقويمه وتصحيحه. بينما بكاء الرضيع لا يتطلب مثل ذلك.

وتدل الدراسات على أن الأطفال الذين يتظاهرون بالطاعة المطلقة ويظهرون من الحركات ما يدل على ذلك هم في الحقيقة أولئك الذين يجعلون من ذلك وسيلة تسهل تنفيذ رغباتهم لذلك فهم قد يلجؤون إلى ابداء حركات جسدية خاصة أو تعبيرات وجهية معينة بل وقد يكون بدون سبب أحيانا، وكل ذلك من أجل لفت الأنظار فحسب.

ونبين أيضاً أن بعض الامهات هن سرحدات الاستجابة لمثل هذه الحركات. لذلك، فإن تدريب الأطفال الصغار على اتباع النظام هو من حيث الواقع جهد يشمل ضرورة اتباع مجموعة مريحة من الإجراءات الروتينية التي تولد الدفء والأمان والطمأنينة.

• ما أسرع أن يتحول الرضيع إلى طفل دارج يخطو أولى خطواته، والآن ينبغي أن ينصرف الأطفال عن بيئاتهم في المهد وهي البيئات المعنية بالتركيز على الذات، ثم أن يتبوأ الطفل مكانه في عالم لا يستطيع أن يفعله ما يحلو له - دنيا مليئة بالموانع والأنظمة. إن هذا هو عصر يجب أن يتدرب الطفل فيه على النظام والانضباط. وقد آن الأوان لكي يقوم الوالدان بتعليم طفلهما العلاقة بين الأعمال الخطيرة - كالجري إلى الشارع أو لمس الجمر المتقد - ونتائج مثل هذه الأعمال المتهورة. والآن ينبغي للوالدين أن يدرسا أطفالهما على الكف عن السلوك غير اللائق - كالضرب والعض واحتداد

المزاج، وذلك قبل ان نتربس هذه العادات في نفسه وتصبح لديه طبيعة ثانية. ولكن الطفل الدارج حديث العهد بالمشي شيء آخر إذ ان مدى ذاكرته وقوة تركيزه ما يزالان ضعيفين. لذلك فإن. التسرع في إبطال الخطر قبل وقوعه ومنع السلوك غير اللائق في حاجة الى التكرار قبل ان يستقر ذلك في ذهن الصغير.

• الفرق الروائي بين الطفل الدراج وطفل ما قبل سن المدرسة. فعندما ندرّب اطفالنا على النظام الآن نستطيع ان نغتنم قوتهم الآخذة في الاتساع. وفي هذا السبيل نستطيع البدء بذلك عن طريق إيداء أسباب توقعنا للوصول الى سلوك معين.

وفي هذه السن أيضا يستطيع الأطفال تقويم مقدار ما جمعه من أمور في مواجهة المبادئ التي وضعها الكبار. انهم فيها يستطيعون ان يفهموا حتى من نبرة الوالد او ومضة عين الأم، ان سلوكهم يستجلب استجابات من قبل الآخرين.

ونتيجة ذلك فانهم قادرون في مثل هذه السن على ان يتعلموا ما "يريدون" صنعه من أمور صحيحة - لذلك فإنه يصبح بوسع الوالدين ان يبدءوا بتشجيع الطفل، ليس فقط على إيداء مظاهر السلوك بل بتطوير منظومة القيم لديه.

• عند دخول الطفل دنيا المدرسة. فالتأثيرات الاجتماعية التي تبدأ في سنوات ما قبل المدرسة تتسع اتساعا روائيا وفجأة تصبح الأمور والنواهي التي تلقى في اذن الطفل كي يفعل هذا او ينصرف عن ذلك من الأمور الهامة، ونقاط إحالة جديدة ليس فقط بالنسبة للوالدين وإنما أيضا بالنسبة للمعلمين والأقران. وفي هذه السن يشرع الاطفال في النمو وفق طاقاتهم وذلك للقبض

بيدهم على السبب والأثر. وبالإمكان والحالة هذه ان يقاد الطفل الى فهم كيف ان سلوكه سيؤثر على مساعدة الآخرين ورفاهيتهم، وكيف يتقبل المسؤولية ويتحمل نتائج تصرفاته، كما انهم يصبحون من الجهة الأخرى قادرين على فهم كيف ان خطط سواهم من الاطفال يمكن ان تؤثر على رفاهيتهم هم - وهكذا يصبح الطفل في مثل هذه السن اكثر ميلا الى الابتعاد عن الإجراءات التنظيمية التي تبدو في نظره تسلطية افتتاتية. ولذلك يتجاوب طفل المدرسة خير ما يتجاوب مع نوي السلطة من الكبار.

• قبيل سن البلوغ. وفي هذه السن يبدأ الطفل في التوق الى الاستقلال. والآن يستطيع التفكير التجريدي وتكوين النظريات حول الحياة. وغالبا ما يصير تفكيرهم ناقدا لمبادئ المجتمع وللقيم التي يدين بها الوالدان. وعندها يصبح لا مندوحة عن الاصطدام. وتدل الأدلة على انه في هذه المرحلة فان خير وسيلة للمعالجة هي تهيئة للوسيلة أمام الصغير كي يربسط نفسه مع والديه اللذين ليمسا شديدين تماما وليسا مفرطين ايضا. ويبدو ان الوالد المثالي في هذه السن هو المعقول للعادل شديد الإقبال على إثارة سبيل المسؤولية والرفاهية.

• للفروق في الشخصية. يختلف الاطفال من حيث مسؤولياتهم ومن ثم من حيث تلقيهم لأساليب التنظيم المختلفة التي قد يلجأ إليها الكبار. وتدل الأبحاث الجديدة على ان لكل طفل تركيبه الأساسي كالمزاج وأشكال السلوك، وهو تركيب ينفرد به منذ لحظة الولادة. ولقد عثر الباحثون على تبدلات مرموقة بين الأطفال من حيث هذه الصفات مثل المزاج والاستجابة للناس ومساحة الانتباه والمثابرة والقدرة على مواجهة الحصر النفسي او الشدة

والتطيف حسب المواقف الجديدة.

فالطفل قد يكون إما محبا للعمل الشديد او محبا للاسترخاء، محبا للاستقلال او الاعتماد على غيره، ولقيا او كثير التخيل والأحلام. أي انه ما من واحد منهم يمكن ان يحرز نفس النتائج التي يحرزها أطفال الأسرة الواحدة. لذلك فان الوالدين عند تأديب الصغير يجب أن يأخذوا في الحسبان تركيب ذلك الطفل بعينه.

خذ مثلا قضية ذلك الطفل ابن السنة السادسة من عمره. إنه طفل ودود نكي. ولكن لو سألته ان يفعل بعض الأمور لبدأها طيبا - ولكنه في اللحظة التالية قد ينصرف عنها إلى شيء آخر. وتسخط لذلك والدته وتعتبر سلوك طفلها بأنه ضرب من التمرد على المسؤولية . وتعتقد العزم على ان تؤدبه وتحمله على صنع ما تريد ولو كان في ذلك قرع العصا.

وليس ذلك الطفل كما تظن أمه طفلا عاصيا عديم الإرادة، فهو ليس كذلك في الحقيقة. إذ لا حيلة لذلك الطفل في كونه قد خلق وبه ميل كثير إلى النشاط الحركي. لذلك فان تأديبه بالطريق التي تزعمها والدته معناه الإقلال من عدد متطلبات الكفاح الموضوع على كاهله لكي يساعده ذلك على ان يركز جهوده من اجل اكمال واجب واحد في كل مرة. لذلك فمثل هذا الطفل يعاقب لانه مارس اللعب مع أقرانه خارج المنزل. ولكن بالنسبة لمثل هذا الطفل لا يكون العقاب عقابا وإنما هو مجرد ظلم ولكنه ظلم يؤدي في النهاية إلى الهزيمة الذاتية.

وأنكر ان الأطفال، مثلهم مثل الكبار، لهم يوم سعد ويوم نحس كما يقولون. وكلنا يعرف ذلك الشعور الذي قد يصادفه المرء في كل حين من تعب

وإرهاق وممل. ومع ذلك فإن الآباء الكبار لا يعطون لأطفالهم هذه الميزة.

ولكن عند إيقاع العقاب بالطفل ينبغي ألا يغيث عن بالك أن الطفل يكابد من المشاق والضغوط ما يوازي ما قد تكابده أنت أو تربو عليه. فالاطفال ساعات قلقهم. وهم يحسون مثل الكبار أحيانا بالاكتئاب ونفاذ الطاقة مما يجعلهم منزوين مريعي الغضب وهذا يصورهم أحيانا بصورة الشخص المستحيل. ولكنهم في أحيان أخرى ليسوا كذلك وإنما أفسدت أمزجتهم كلمة نابية من مدرب الرياضة مثلا أو زجر في الملعب أو رفض من الفريق وهلم جرا.

ولا تنس آلام الجراح العاطفية التي تصيب الطفل هي أمر مما يستطيع الكبار تقويمه. ويجب أن يؤدي ذلك إلى التخفيف من غلواء الآباء والأمهات والحيولة دون تصليبهم في تأديب الطفل. يقينا أن الدأب هام، ولكن كذلك هو فهم أن الاطفال هم أيضا ضحايا ما يصادفونه من صعود الحياة وهبوطها.

وأخيرا فإنه ما من واحد من الأساليب المقترحة لتأديب الاطفال يمكن أن يكون ناجحا من الناحية العملية دونما شعور بالتزام بالطفل ذاته، والتزام كهذا لا يشمل طبعا الإقرار للقاطع بملوك الطفل والواقع أن هناك لحظات كثيرة يحق للكبار فيها أن يحصوا بخيبة الأمل أو الغضب من أطفالهم. ومن مصلحة الآباء والاطفال أن تنكر تلك المشاعر. كذلك لا تعني تنشئة الطفل تلبية كل ما يعين له من مشاعر.

وفي حين أنه لا وجود لطريقة واحدة لتأديب الاطفال من كل الاعمار أو حتى كل الاطفال جملة إلا أنه توجد ثلاثة إرشادات لا بد من تذكرها:-

١- لا تهن طفلك ولا تستخف به وعندما تريد معاقبة الطفل فلا تنسى

ان تعاملهم باحترام وشرف.

صحيح ان سرعة انفعال الطفل او رغبته في المشاكسة او كثرة انصراف ذهنه او قلة محرضاته قد تكون جميعا من مصادر الإحباط للوالدين حقاً. ولكن ذلك كله ينبغي الا ينمى الكبير ان للطفل هو شخص ايضا من حيث حساسيته البشرية ورغبته في الاحترام والكرامة. وليس هنالك من سبب واحد طيب لان يكون الوالد قاسيا عليه.

٢- تذكر أيتها الوالد انك أنت المثال الذي يحتذى به طفلك. فإن التعليم حسب هذا المثل ما برح أقوى القدرات التي تؤدي الى تكيف اتجاهات سلوك أطفالنا.

٣- اترك العصا! هذه هي الرسالة القاطعة التي جاءت بها نتائج بحث الدارسين الذي أحيطوا مع الأيام خبرة بموضع المعاقبة الجسدية كوسيلة للتعليم. لان هذه الطريقة غير مجدية وانما تؤدي الى مزيد من المشاكسة.

## (( رد الاعتبار لعقوبة صفح القفا ))

عقوبة صفح القفا ستمارس من جديد في المدارس إذا وافق أهل تلامذة لومس أنجلوس على قرار مجلس مدارس المدينة وهي من أكبر مدن الولايات المتحدة وأكثرها سكانا. هذه العقوبة لم تلغ الا منذ اربع سنوات فقط، رسميا على الأقل . فعلى الرغم من رأي جمعية علماء النفس المغاير والذي شدد على ان هذا النوع من القصاص قد يكون له عواقب نفسية سيئة على الاولاد، اقر هذا التدبير. لكن للعقوبة لم تنزل الا من فوق الثياب وبحضور شاهد من اعضاء ادارة المدرسة تجنبيا للغلو بلا شك.

صحيح ان عقوبة الضرب على القفا في الماضي كانت عملا مجدياً. فقد كانت تقع عامة حين يقرر المعلم الحائق " تهدة " الذي اثار حنقه. من هنا كان ضرر الضرب. فلكي تستعيد العقوبة القديمة هيبتها وتعيد الافكار الى موضعها وتعود بالمشاغب الى رؤية الفضل للأشياء، فلانها يجب ان توقع حين تكون موضع استحقاق بالفعل وتنزل في الوقت المناسب.

ليس الحق هو الذي يجب ان يقرر الحاجة الى صفح القفا او العقوبة بصورة عامة بل في الوقت الذي يقدر فيه للمسؤول وبكل هدوء، ان التدبير يفي بالغرض وان من المناسب التدخل بسرعة وفعالية.

فصفحة القفا المفيدة التي تنشط الدم يكون لها في هذا الوقت بالذات اثر طيب على الولد. ذلك انها تحدث في الوقت الذي يكون فيه الولد قد أدرك انه تجاوز كل حد وان العقوبة مستحقة. في الواقع يمكن القول انه كان ينتظرها وانها تطمئنه. لكن ما يجب تجنبه على العكس هو ان تنزل عقوبة صفح القفا فجأة تذهل الولد. تلك العقوبة هي العقوبة التي تأتي في وقت يكون فيه المعلم او المسؤول، حانقا نتيجة ل تراكم أخطاء كان ينبغي المعاقبة عليها في وقتها، لكنها تركت، ثم اذ هو يقرر التصرف اخيرا.



## (( كيف تعاقبينه ؟ ))

مع ان الحرية شيء جوهري في حياة الطفل، الا ان معظم الاطفال بحاجة الى معرفة الحدود والقيود المفروضة على تصرفاتهم في سبيل التوصل الى مستوى الشخصية السليمة في المستقبل. والانظمة تقتدي العقوبات بطبيعة الحال. ولكن متى وكيف يجب ان تكون العقوبة؟ هنا يكمن السر الذي يجب توضيحه. وهذه هي المشكلة التي تشغل أذهان الكثيرين من الآباء والامهات. وفيما يلي بعض التوجيهات التي قد تكون مفيدة لك في مجال اختيار العقوبة الامثل لطفلك.

١- الانضباط الذاتي: تشير بعض الدلائل الى ان العقوبة الكبيرة تقيد في

الانضباط فقط في حالة ما اذا كان الطفل يعتقد انه قد يضبط مثلبسا بالجرم المشهود. وعلى كل حال، فمن المفيد إيقاع بعض العقوبات الخفيفة على ان تتوافق مع بعض التوضيحات البسيطة للانظمة.

٢- يجب ان تكون العقوبة مناسبة للمخالفة: مهما كانت العقوبة بسيطة، فمن المؤكد انها ستسبب الألم للطفل الصغير، فمن الامور التي تزعجه ان يحرم من بعض الامور التي يرغب ان يستمتع بها وان تقيد حريته اذ من الصعب عليه ان يستوعب الأنظمة كما لا يستطيع ان يجد لها ما يبررها لو ان يرى الوجهة العقلانية فيها.

ومن الناحية الأخرى فان الاكتفاء بالتهديد حول نتائج المخالفات قد يشعر الطفل بفقدان سيطرة له عليه، بالاضافة الى انه لا يأخذ فكرة كاملة عن الأثار التي يمكن ان تترتب على مخالفته. وأخيرا فان التهديدات غير المنفذة تقلل من مصداقيتها.

ومن النواحي المهمة في العقوبة يجب ان تتدرج من الخفيف الى الشديد اذا اريد للعقوبة ان تبقى فعالة ومفيدة. ومع هذا فلا يجوز أبداً اللجوء الى العقوبة الجسمانية بالنسبة للطفل الذي لم يتجاوز العاشرة.

٣- كوني واضحة وصريحة: وضحي للطفل الحدود التي يجب ان يقف عندها دون ان يتجاوزها والأنظمة العائلية التي يجب ان يلتزم بها. واستمري في التوضيح والتفسير لطفلك، وباستعمال نبرة الصوت المناسبة والإصرار الكامل، حتى يتأكد طفلك انك تعينين ما تقولينه بالفعل. وفي الواقع فان كثيراً من الأطفال يحاولون ان يعرفوا ما إذا كان الغضب حقياً أم لا. لذلك فلا تسيئي استعمال هذه القوة الكامنة فيك، والتي بإمكانها ان تمنع طفلك من أنواع السلوك التي ترضيك.

## (( كيف يتعلم الطفل ))

يعرف التعلم بأنه كل تغير يطرأ على أداء الكائن الحي أو على سلوكه أو في اتجاهاته وميوله ومعارفه وخبراته هذا التغير الناتج عن المرن والتدريب والممارسة والتكرار، وليس ذلك للتغير الذي يطرأ على سلوك الكائن الحي نتيجة للمسكر أو تعاطي الخمور والمخدرات أو التخدير أو المرض الطويل المزمّن أو الضعف أو الهزال أو الكساح أو الحوادث والإصابات وهو ذلك التغير الذي يسير في الاتجاه الإيجابي بالتعلم ومثل ذلك: تعلم المهارات الحركية كتعلم المشي وركوب الخيل والدراجات والسباحة والرمية والعزف، ومتعلم المهارات الذهنية كحفظ قصيدة من شعر أو آية من القرآن الكريم. وفي تفسير عملية التعلم يقال ان للتعلم تكوين أو مفهوم فرضي أي افتراضي، بمعنى أننا نفترض وجوده أو جودته افتراضاً، ذلك لأننا لا نرى أو نلمس أو نلاحظ بصورة مباشرة ما يحدث داخل الكائن الحي حتى يتعلم، ولا ندري ماذا يحدث من العملية الداخلية التي تصاحب عملية التعلم، وإنما كل ما نلاحظه هو تغير يطرأ على السلوك، فالطفل يغير سلوكه من الحبو مثلاً إلى المشي، ومن عدم القدرة على الكتابة والقراءة والحساب إلى إتقان تلك العمليات.

اذن فكل ما نلاحظه هو السلوك الذي نستدل منه على حدوث عملية التعلم ... فالتعلم اذن لا نلاحظه مباشرة وإنما نستنتجه استنتاجاً.

ويختلف التعلم عن التعليم، ذلك لأن التعلم هو ذلك النشاط الذاتي الذهني والحركي الذي يبذله الفرد حتى يتقن الإتيان بمهارة معينة، أما التعليم فهو ذلك النشاط الذي يقوم به المعلم أو المربي أو المدرس من شرح وتفسير وتأويل وإيضاح وحل حتى يستطيع المتعلم ان يتعلم.

والتعلم هو احد العمليات العقلية العليا، والتي من بينها الإدراك والتذكر والتفكير والتخيل والتصور والاستدلال.

وهو يختلف عن النضج ذلك لان النضج عملية طبيعية تحدث داخل الكائن الحي وهي محصلة او النهاية التي تصل اليها عمليات النمو في الكائن الحي ومن ذلك وصول الكائن البشري الى النضج الجنسي حين تصل أعضاؤه الى القدرة على التماسك والتكاثر.

وعلى الرغم من اختلاف التعلم عن النضج الا ان ثمة علاقة تقوم بينهما، من ذلك ضرورة اعتماد للتعلم على مستوى ما يصل اليه الفرد من نضج عقلي او ذهني ونفسي وجسمي.

فقد دلت التجارب التي أجراها عالم النفس ارنولد جيزل على التوائم ان التدريب المبكر الذي يتلقاه احد افراد التوائم قبل نضوج عضلاته عديم الفائدة. فقد درب احد التوائم على تملق درج السلم وعلى بناء المكعبات لمدة ستة أسابيع وترك التوأم الآخر بلا تدريب ثم اخذ في تدريبها معا لمدة ستة أسابيع أخرى ثم قاس قدرتهما فكتبين ان قدرتهما متساوية تقريبا، ومعنى ذلك ان ما تلقاه التوأم الاول من تدريب مبكر قبل نضوج عضلاته كان عديم الجدوى، وان التوأم اللانضج استطاع ان يحصل على نفس القدرة من المهارة في نصف المدة التي تلقى فيها التوأم الآخر التدريب.

ومثل هذه الحقيقة تدعو الآباء والأمهات والمعلمين الى عدم تعجل عمليات التعليم في أبنائهم وذلك لان تعجل للتعلم فوق انه عديم الفائدة، فهو يعوق سير النمو السليم ويعرقله فقد يؤدي إرغام الطفل الصغير على التدريب على المشي قبل ان تنضج عظام ساقه الى تشويهها او الى تقوس العمود الفقري، وعلى المستوى النفسي والعقلي ان تكليف الطفل الايتان بما لا طاقة له

به يجعله يشعر بفقدان الثقة في ذاته، كما يشعر بالإحباط والفشل، وقد يكره المدرسة والمعلمين والمواد الدراسية ولذلك لا بد من مراعاة مستوى نضوج المتعلم. بحيث لا نغرق في فرص التعلم ولا نتعجله.

وهناك شروط عديدة تجعل من عملية التعلم عملية فعالة من ذلك ضرورة توفر الدافع لدى المتعلم، وكذلك ضرورة وجود التعزيز أو المكافأة على كل ما يبذله الكائن الحي من جهد في سبيل التعلم، ويؤدي التعزيز إلى تثبيت الاستجابات المعززة وتقائها، كذلك لا بد من التكرار حتى ترسخ المعلومات في ذهن المتعلم، ولا بد من الاعتماد على الجهد الذاتي للمتعلم في جمع المادة العلمية وتحصيلها، كذلك لا بد من الاعتماد على عمليات مثل التسميع الذاتي ومعرفة نتائج التعلم أول بأول، وتوزيع الجهد على فترات يتخللها فترات من الراحة والاستجمام، وهناك الطريقة الكلية في التحصيل وموداها ان يأخذ المتعلم فكرة عامة وانطباعا عاما عن موضوع تعلمه اولاً ثم يأخذ في تعلم الجزئيات والتفاصيل الدقيقة ثم بعد ذلك يعود ليطابق بينها. ويفيد توفير الإرشاد للتوجيه للمتعلم أولاً بأول. وتلعب طرق التدريس وشخصية المعلم وإمكانات المنزل والمدرسة دوراً هاماً في عملية التعلم.

وهناك نظريات عديدة وضعت لتفسير عملية التعلم من ذلك نظرية التعلم بالمحاولة بالخطأ والتي ترجع إلى عالم النفس الأمريكي إدوارد ثورنيك، ونظرية التعلم الشرطي والتي ترجع إلى عالم الفسيولوجيا الروسي إيفان بافلوف ونظرية التعلم بالاستبصار والتي ترجع إلى عالم النفس كهلر، وهناك نظريات لكل من هل وسكينز وجاتري وغيرهم من العلماء. ولقد أجريت معظم تجارب التعلم على الحيوان وليس على الإنسان، انطلاقاً من المبدأ القائل بأن الإنسان لا يختلف عن الحيوان إلا في الدرجة.

## ((أشد ما يحتاج إليه طفلك))

• احترام النفس عنصر أساسي في النجاح، فساعدوا أطفالكم على اكتسابه والاحتفاظ به في " صبيحة" ضمت عددا من الصديقات حول كؤوس القهوة، دار الحديث بينهن عن أولادهن، قالت إحداهن:

- لننا نلقحهم هذه الأيام ضد كل الأمراض : مثل الأطفال، الكزاز، الجدري.. ولكم يسعدنا لو أوجد لنا الأطباء لقاحا ضد .. القتل!

الفكرة طرحتها السيدة على سبيل : التثقيت" ولكنها ليست كذلك في الواقع إنها الفكرة التي مبر اغوارها البروفسور كوبر سميث أستاذ على النفس في جامعة كاليفورنيا فقط حيث عمد إلى كشف وتحليل العنصر المشترك لدى معظم الأشخاص الذين نجحوا في الحياة: انه الممسك القائم على رأي جيد للمرء في نفسه. وطرح علماء النفس هذا السؤال: كيف يمكن لهذا الممسك ان يخرس في نفوس الاطفال لكي يتحول الى ملكة فيهم؟.

يقول كوبر سميث: نحن نعرف، منذ زمن طويل، مدى اهمية تقدير المبرء لنفسه حق قدرها، ولكن لماذا يكتسب بعض الناس هذه الملكة ويعجز آخرون عن اكتسابه؟

وأكب كوبر سميث، طوال ست سنوات، على دراسة نفسيات اشخاص في مقتبل العمر، من الطبقة الوسطى، وعائلاتهم. وهكذا درس ١٧٤٨ صبيا بينن المن السابقة للمرافقة ومطلع من البلوغ وخلص من هذه الدراسة الطويلة المتعمقة الى ان الآباء والأمهات هم الذين يملكون القدرة على إكساب أولادهم الثقة بالنفس او العكس اما الوسط الاجتماعي والصفات الوراثية

فليس لهما سوى دور ثانوي جداً، ذلك ان رأي الطفل في نفسه انما يتكون في البيت، وهو ميل للنظر الى نفسه كما ينظر اليه والداه او كما يظن انهما ينظران اليه ولنلاحظ عابرين، ان هذه الدراسة التي اجريست على مئات الصبية تصح ايضا بالنسبة للبنات.

وفي رأي كوبر سميث ان الجو العائلي الذي أحاط بطفولته الأشخاص الذين حققوا النجاح فيما بعد بفضل نعتهم بأنفسهم يمثل ثلاثة مظاهر مشتركة:

- اولها: الحب كان سائدا في تلك الأسر حيث لا يكتفي الآباء بتليل أطفالهم وتقيلهم بل يحضونهم حبا حقيقيا فيه تقدير واهتمام. فعندما يدرك الطفل موضع عناية عيقة واعتزاز صادق عند والديه، يبدأ بالشعور انه يستحق الاهتمام وينمو في اعماقه اهتمامه بنفسه وتقديره لها واعتزازه لها.
- وثانيهما: ان اهل الفئة العارضة مناقشة حرة وطليقة، وحتى الآراء المتطرفة التي قد يعبر عنها للجيل الجديد في كثير من المواقف تجدد من الأهل أنذا صاغية وتحليلا جنيا.

وانه لمن الخطأ - يقول كوبر سميث - ان يعتبر الاهل انفسهم معصومين عن الخطأ فاذا ما انتزعوا من لذهاتهم هذا الاعتقاد اصبح بوسعهم ان يتصرفوا بمزيد من الذكاء.

وفي رأي هذا العالم ان الاطفال الذين لا يحملون رأيا طيبا في أنفسهم تبدر عنهم بوادر أشبه بالانكاثالية وطلب المساعدة من الآخرين.

**الخوف والخجل :**

من الطبيعي ان يكون للطفل قبل السن المدرسية على شيء من الاستحياء ولكن استمرار هذا الممك الى ما بعد السابعة او الثامنة يصبح مدعاة

للقلق وفي هذه الحالة يواجه الأهل غناء حقيقيا من أجل إكساب ولدهم السروح الاجتماعية وليس من الحكمة قصر الطفل عن الانتماء في الحياة الاجتماعية قبل ان يصبح مؤهلا لها. ومما يسهل هذه المهمة الى مدى بعيد جو التفاهم والانسجام اذا كان سائدا في الاسرة.

#### العنف والتبجح :

ويقول كوبرسميث: ان كل طفل ميل الى المشاغبة والعنف مع اخوته او رفاقه انما ينطوي في اعماقه على ضعف يحاول تغطيته بمظهر القوة، وهذا ما يستدعي من الالاهل المربين اهتماما خاصا. وليس المقصد اللجوء الى العقاب للاصلاح بل ربما كان العكس هو الاصح والطريقة المثلى التي يقول بها علماء التربية هي توجيه اهتمامات الطفل الى اشياء مفيدة ومنقحة كالرسم او الموسيقى او الرياضة.

#### العجز عن اتخاذ قرار :

ان الالاهل المترددين المرتبكين يعطون اسوأ المثل لأولادهم، ومما يزيد الامر سوءا ان يلقي للطفل عقابا صارما في اعقاب لقلده. على اتخاذ قرار لا يكون موقفا اذ تتشأ في نفسه عقدة عدم الثقة فلا يتجرأ مرة ثانية على اتخاذ موقف بمفرده، أما علماء النفس فيؤكدون إذا كان قرارا خاطئا لا يعني بالضرورة الفشل أو الاخفاق، انه مجرد غلطة يمكن ان يأخذ منها للطفل درسا مفيدا اذا وجد بالقرب منه من يبصره في ذلك.

#### عقدة للفشل :

ثمة لطفال لا يترددون في اتخاذ قرارات لا تكون دائما موفقه، ومنهم من



يتطلع الى تحقيق اهداف فوق طاقاتهم، وفي اغلب الاحيان يلاقون تشجيعا مسن اهلهم للتوفيق الى رؤية اولادهم ناجحين، مثال ذلك الاب الذي يعرف ان ابنه غير ميال الى الدراسة الطويلة ولكنه يرغب في ان يفعل ذلك فيدفعه اليه دفعا وتكون النتيجة الإخفاق اثر الاخفاق مما يخلق في أعماق الفتى "عقدة الفشل" أي انه يتوقع مقما عدم النجاح في أي عمل يقدم عليه، وغالبا ما يكون الامر كذلك.

وفي رأي علماء النفس انه خير لمثل هؤلاء الآباء ان يخففوا من حدة طموحهم ذلك انه ليس بوسع احد ان يرغب احد على النجاح، وكل ما يستطيعون فعله هو ان يحثوهم على اتخاذ صنعة ثلاثتهم ، منها مهم ان النجاح او الفشل في ذلك انما عائد عليهم في آخر المطاف وهذا الموقف من الاهل يساعد الى حد بعيد على انتقاء الفكرة الراسخة في أذهان الاطفال والقائلة ان اهلهم يعملون جائئا على فرض الرأي عليهم.

وخلاصة القول انه من المستحيل إكراه الأولاد على المشاركة في نشاطات لا يميلون اليها اصلا والوسيلة الوحيدة هي تشجيعهم وتوجيههم الى الطريق الذي يبدو انه مفيد لهم.

## (( اتخاذ القرارات من شأن الأطفال أيضاً ))

اعتدنا أن نرسل أطفالنا إلى المدرسة ليتعلموا القراءة والكتابة والحساب. إلا أن جماعة من الباحثين قد بدأوا بدراسة برنامج يهدف إلى تعليم نوع من المهارات التي يقولون عنها أنها لا تقل أهمية للنجاح في الحياة، وهي القدرة على اتخاذ القرارات السليمة.

انطلقت البداية الأولى لهذه الأبحاث لدى ملاحظة الخبراء قلة الأطفال في المدارس الابتدائية الذي يعرفون ما يتوجب عليهم أن يعملوه إذا كانت المشكلة متعلقة باتخاذ قرار مناسب حول موضوع معين تجاه مشكلة خاصة.

ومع أن الكثيرين قد بدأوا بتطبيق طريقة المشكلات في تعليم الرياضيات وغيرها من العلوم، إلا أن ثمة أسباباً جوهرية تدعو إلى اتباع هذه الطريقة أيضاً في تعليم المهارات المتعلقة بصنع القرارات، وعلى الأخص فيما يتعلق بالمشكلات التي تنجم عن انتقال الطفل من المدرسة الابتدائية المحدودة إلى مدرسة إعدادية أو ثانوية قد يتعرفون فيها على بعض الطلاب ذوي النشاطات المرفوضة دينياً أو أخلاقياً أو قانونياً، مثل التدخين أو شرب الخمر أو إدمان المخدرات، بالإضافة إلى أن الطفل في هذه المرحلة يواجه المشاكل التي تتعلق بالبلوغ وبدلية البحث عن إثبات الذاتية الفردية.

وبما أن كثيراً من الأطفال لا يتعلمون أبداً أية نوع من أنواع السلوك

التي تساعد على حل مشكلات الحياة اليومية، فإن مخاوفهم تتزايد وتتكشف على مر الأيام، إلى حد أنها قد تتطور إلى عقد نفسية أو مشاكل مزمنة.

وكمحاولة مبدئية لمساعدة هؤلاء الأطفال، فقد اقترح الباحثون ثمانية خطوات منطقية لمساعدتهم على تحديد المشكلة والتوصل إلى قرارا مناسب بشأنها:

- أسأل نفسك ما هي المشكلة التي تعاني منها؟
- قرر هدفك الذي تسعى إليه.
- فكر بأكثر عدد ممكن من الحلول لمشكلتك.
- فكر بالأمور التي يمكن ان تحدث فيما يختص بتبني أي حل من الحلول التي توصلت اليها.
- اختر الحل الأمثل.
- خطط لتنفيذ ذلك الحل.
- ادرس نتائج الحل في المجال العملي، واعد التفكير في الموضوع مرة اخرى.

كما ان البرنامج الذي اهتم بتعليم الأطفال اشتمل على المزيد من القدرة على التحكم بالنفس، وعلى تحسين قدرتهم على الاصغاء وتنمية شعورهم الاجتماعي. كما اشتمل ايضا على القسم النظري الذي يعرض الدراسات المتعلقة بالموضوع، وعلى القسم العملي الذي يطلب فيه التلاميذ ان يطبقوا ما تعلموه في الدروس النظرية.

ولدى دراسة للنتائج الاولى لتطبيق هذه الطريقة الجديدة في المدارس المتوسطة، فقد تبين ان حسن التكيف الذي احرزه هؤلاء الاطفال كان نتيجة لتحسين مهاراتهم المتعلقة لحل المشكلات واتخاذ القرارات. وكان من الواضح ان القدرة على الإنجاز والتكيف النفسي تتزايد مع كثافة البرامج النظرية والعملية التي مروا من خلالها.

ويعترف القائمون بهذه التجربة ان بعض الأطفال يتمتعون بالخبرة في اتخاذ القرارات الاجتماعية، حتى ولو لم يتمرنوا على ذلك. ولكن النجاح الكبير الذي اصابته هذه التجربة ظهر في نتائجها على الأطفال الذين لم تكن لديهم هذه القدرة سابقا.

## (( مطلقك موهوب (لاحظ سلوكه اليومي) ))

يبدو ان اختبارات الذكاء ليست هي المقاييس الوحيد او الحصري لاكتشاف الأطفال الموهوبين فالخبراء يعتبرون ان قائمة الأطفال الأنكياء تشمل أيضا ذوي المواهب الخاصة في بعض المجالات المعينة مثل اللغة او الرياضيات. كما ان بعضهم يقدر أهمية المميزات الأخرى، مثل القدرة على القيادة. ومع ذلك، فمن المهم جدا التمييز بين المواهب الخاصة للطفل من جهة وإستعداداته الفكرية والذهنية من جهة أخرى.

فكيف بإمكانك ان تعرفي اذا كان طفلك موهوبا، مع ان موهبة الطفل لا يمكن ان نقيم قبل بلوغه السنة الثالثة او الرابعة من عمره؟

ان بعض المعالم يقول الاختصاصيون، تظهر في مرحلة مبكرة في المواليد الجدد، وذلك مثل درجة للتيقظ غير العادية، او ارتفاع مستوى النشاط الحركي، او قدرة الطفل على تمييز الأشخاص الذين يعتقدون به وعلى مسييل المثال، فان بعض الأطفال يبدلون في الابتسام منذ اليوم الثاني من ولادتهم، بينما يعجز البعض الآخر عن تركيز بصرهم لمدة أسبوعين تقريبا.

وغالبا ما يجتاز الطفل الموهوب مراحل النمو المختلفة بأسرع من غيره، فقد يتعلم المشي قبل ان ينهي السنة الاولى من عمره، او انه قد يبدأ في

الكلام بجمال مفيدة، في الوقت الذي يكون اثرابه ما يزالون يتعثرون في محاولاتهم الرامية الى النطق ببعض الكلمات البسيطة. ولكن غياب هذه العلامات لا يعني بالضرورة ان الطفل غير متقدم فكريا. فمع ان كثيرا من الاطفال الموهوبين ينطقون كلماتهم الاولى في الشهر السادس او اقل من ذلك، الا ان بعضهم لا يستطيعون الكلام حتى السنة الثالثة، ولو ان ما يقولونه عندئذ افضل بكثير مما يتكلم به رفاقهم.

وبالرغم من كثرة امثال هذه الدلالات التي تشير الى التفوق والإبداع، فإن والدي الطفل الموهوب يشعران بحاجة الى من يؤكد لهما هذه الحقيقة ويقنعهما بها. وهذا يكون عادة حظ الطفل الموهوب من أبويه اللذين لا يقدران كفاءاته وقدراته حق قدرها. وبدلا من ذلك فإنهما ينظران إليه على اعتبار انه مجرد إنسان لامع فقط. كما ان كثيرا من الآباء والأمهات يفترضون ان الموهبة تعني العبقرية. فاذا لم يكن الطفل عبقريا فانه بنظر والديه ليس موهوبا!

وعلى كل حال، فإن الابوين يستطيعان ان يكتنفا ما اذا كان طفلهما موهوبا ببساطة، وذلك بملاحظة سلوكه اليومي. وبإمكانهما ان يتأكدا من موهبة طفلهما، اذا لاحظا انه يتمتع بمعظم السمات الشخصية التالية:-

١- عنده مجموعة واسعة من الثروة اللغوية. ويتعلم الكلام قبل

غيره. ويستعمل جملا مفيدة قبل نهاية الشهر الثامن عشر من عمره.

٢- يتعلم القراءة والكتابة قبل السن المتعارف عليها لتعلم المهارات المتعلقة بذلك.

٣- فضولي كثيرا ويوجه كثيرا من الأسئلة ويشكل دائم.

٤- قادرا على التركيز المكثف والانتباه لفترة طويلة نسبيا.

- ٥- نكي في حل المشكلات التي تعترضه، وماهر في اجتياز العقبات التي تقف في مسيله.
- ٦- يتعلم المهارات بسرعة.
- ٧- عنده مجموعة واسعة من الاهتمامات والميول والرغبات.
- ٨- يتمتع بمقدار كبير من روح الدعابة والمرح، ويتذوق النكتة، وربما كان مغرماً بالإيحاءات اللفظية.
- ٩- يتميز بمستوى عالٍ من الطاقة والنشاط.
- ١٠- قوي الذاكرة.

ومن الدلالات الأخرى أن يختار الطفل زملاءه من الذين يكبرونه في السن. وأن يفضل صحبتهم واللعب معهم على غيرهم، وكذلك القدرة على أن يرتب الأشياء أو الأفكار بطرق خلاقة غير عادية. وبعض الأطفال الموهوبين ينامون أقل من غيرهم.

وبالرغم من أن القدرات غير العادية للطفل لا تضمن له لوحدها إنجازاً مدرسياً جيداً، إلا أن الآباء والأمهات غالباً ما يتأخرون في إدراك هذه الحقيقة وملاحظة العوامل الأخرى التي تساعد على تفوق الطفل في دراسته، مثل وجود الدوافع القوية إلى الدراسة وحولفز التفوق والنظم والعادات الجيدة التي تعود على الطفل بفوائد النظام والصبر والمثابرة على الدراسة وما إليها.

وإذا لم يلق الطفل الموهوب التشجيع الكافي، فإنه لا يحقق مستويات الانجاز التي تؤهلها له استعداده، بل ويتولد لديه احساس متنام بالملل والشعور الغامض بالأحباط وخيبة الأمل، حتى أن إنتاجه المدرسي نفسه يتدنّى ويضعف

في كثير من الحالات، وغالبا ما ينتهي الى الفشل في جميع مجالات الحياة المختلفة.

وعلى هذا فمن واجب الوالدين ان ينتبها الى طفلها، ويكتشفا صفاته الفريدة، ويعملا على تنميتها الى أقصى حد ممكن. علما بأنه اكبر خرافة في هذا المجال هي تلك التي تعتقد بان الطفل الموهوب ليس بحاجة الى اية مساعدة، وان بإمكانه ان يشق طريقه بنفسه، وان الاهتمام والتشجيع يجب ان ينسبا على الاطفال الآخرين حصرا. وهذا خطأ كبير، فان أكثر من عشرة بالمائة من اطفال المدارس هم من الموهوبين، الا ان معظم الكفاءات الكامنة لدى هؤلاء تضيع هدرا بسبب عدم تلقيها للتشجيع والدعم اللازمين.

وكذلك لا يمكن إغفال الدعم العاطفي. فكثيرا ما يشعر الطفل الموهوب بوطأة الضغط الواقع عليه من جراء اختلافه عن رفاقه، سواء في الحي او في المدرسة.

إن الأطفال العاديين لا يشاركون الطفل الموهوب اهتمامه المكثف بالدراسة وشغفه الشديد باكتساب المعرفة، حتى انهم قد يشاكسونه ويؤذوننه لا شيء إلا لاختلافه عنهم. وكنتيجة لذلك فكثيرا ما يهمل الطفل الموهوب كفاءاته، وينفر من الإنتاج المدرسي كوسيلة لتحقيق الانتماء بينه وبين رفاقه، ولضمان التكيف مع (المجتمع) من حوله.

ولكن هل يعني هذا ان الاطفال الموهوبين يجب ان يوضعوا في مدارس خاصة بهم؟ كلا ليس بالضرورة.

إن معظم الخبراء يشعرون ان الابوين يستطيعان ان يلعبا دورا مركزيا في مساعدة طفلها على التوصل الى أقصى قدر ممكن من الإنجاز الذي تنتجه



له استعدادته الكامنة وذلك باتباع الارشادات التالية:

- ١- اتح لطفلك الحوافز اللازمة: وذلك بأن نقرأ له ونحدث ونلعب معه. شجعه على ممارسة هواياته وزوده بالأدوات اللازمة لتنمية اهتماماته الخاصة. خذ به الى المكتبة العامة والمتحف، وعرفه على اكبر قدر من مصادر المعرفة مثل المراكز التعليمية والثقافية وغيرها.
- ٢- دع الطفل يمارس طفولته: فان كون الطفل موهوباً يعني تفوقاً واضحاً في نموه الفكري على نموه العاطفي. فاذا كان الطفل في الخامسة من عمره فقد تدل مؤشرات الذكاء التي لن عمره العقلي اكبر من ذلك. اما من الناحية العاطفية فمن المؤكد انه ما زال طفلاً له رغبته الخاصة بالأطفال التي لا يستطيع ان يتجاوزها.
- ٣- أحبب طفلك كما هو عليه: ولا تقيد حبك له وحنانك عليه بأيّة شروط معينة، مثل الإنجاز المدرسي وغيره.
- ٤- تقبل طفلك على حاله: فكما انشد تألقه الفكري ، ازدادت قابليته للانطواء على نفسه. ومع ذلك فلا مانع من تشجيعه بأساليب غير مباشرة على ان يكون انفتاحياً على الغير ولجتماعياً في علاقاته مع رفاقه ومعلميه.
- ٥- شجعه على المجازفة: وكافئه على المحاولة بغض النظر عن مدى النجاح الذي يحرزه في ذلك. فمن شأن هذا ان يحثه على بذل المزيد من الجهد في سبيل تحسين إنتاجه.

## (( تجارب مؤلمة يمر بها الطفل ))

" انظر إلى أختك ريماء كيف نتناول طعامها بمنتهى الذوق واللباس. انها ملزمة تماما بأداب المائدة".

" وكيف توجل وظيفتك حتى آخر دقيقة؟ ان أباك دائما يكتب وظيفته فور عودته من المدرسة".

" لماذا لا تكون مثل شقيقك فؤاد؟ انه دائما أنيق الملبس حسن المظهر نظيف اللثياب".

عندما يقول الأب أو تقول الام مثل هذه الكلمات لطفها، فان رد الفعل يكون في كثير من الأحيان سلبيا، ومن المحتمل انه سيكره شقيقه، وسيشعر بالحقده عليه، ويحس ان ابويه يتحيزان الى جانبه. وكذلك فقد يصاب بالإحباط وخيبة الامل، وربما فقد الثقة بنفسه، وكان لسان حاله يقول: " ما دمت عاجزا عن ان اصبح كما يريد ابواي، فلماذا استمر في محاولاتي العقيمة؟".

ومع ان نسبة قليلة من الاطفال قد يجدون في مثل هذه الكلمات نوعا من التحدي الذي يدفعهم الى مضاعفة الجهد في سبيل الحصول على رضى الوالدين، ومع ان هدف الابوين من مثل هذه الكلمات هو إثارة شعور المنافسة لدى طفلها، وحثه بتلك على بذل المزيد من الجهد في سبيل تحسين مستواه الأخلاقي أو الدراسي، الا ان رد الفعل يكون على الاغلب معاكسا تماما لهذه التوقعات.

ويذكر فريد تجربة مؤلمة مرَّ بها عندما كان طفلا. فقد كان ابوه يقارن دائما بينه وبين اخيه جمال، فيعد له مناقبه، ويذكر ذكاه وسرعة بديهته

ونشاطه الحركي. ثم ينتقل الى الحديث عن فريد وغيائه وقلّة كفايته. ويقول فريد بألم : كثيرا ما شعرت برغبة في الهروب من ابي وشقيقي. لم يكن المنزل مأوى دافئا ارغب بالعودة اليه في آخر النهار، وانما كان جحيما لا يطلق...

ويتابع فريد قائلا: إنني لا أزال ازرح تحت وطأة هذا المشعور. حتى انني اكره العطل، لان ابي يستطيع ان يتابع ضغطه علي، فأنه يبدأ حديثه في الدقيقة الاولى التي يراني فيها فيقول: لماذا انت نحيف هكذا؟ يجب ان تعتني بصحتك يا بني. انظر الى جمال : انه ممثلي صحة وحيوية ونشاطا.

وبصر فريد على ان المقارنة تضر حتى الشخص المفضل. ويقول في ذلك ان ابي كان يقول لي أحيانا انني مرتب أكثر من أخي. وقد كان يغمرنسي شعور بالفخر في مثل تلك اللحظات. ولكنني سرعان ما كنت أعود إلى الشعور بالقلق. متسائلا: هل أستطيع ان أحافظ على هذا المستوى الذي وضعني فيه أبي؟ وعلى فرض انني استطعت ذلك، ماذا بشأن أخي؟ وماذا سيحصل إذا استطاع أخي ايضا ان يصبح مرتبا هو الآخر. انا متأكد تماما ان ابي كان يقصد من عبارته ان يستثير حماسي. ولكنه كان يفعل في حقيقة الأمر هو انه كان يزيد في رغبتني بمناقشة اخي.

ويتابع فريد قائلا: لقد استغرق الامر مني وقتا طويلا حتى ادرك انني، كشخص بالغ، كنت لا ازال اصنع مع نفسي ما كان يصنعه ابي معي، حيث انني كنت باستمرار اقارن انجازاتي مع انجازات الآخرين. وكانت نتيجة ذلك دائما هي الشعور بالإحباط ونقص الكفاءة اللازمة واليأس.

ويذكر لحد الآباء انه ننذر على نفسه عهدا ان لا يقارن بين اولاده لما يعرفه من المقارنه من اضرار . ولكنه لم يكن ينتبه الى نفسه حين كان يخالف مبدأه. وذلك انه كان يلجأ الى المقارنة في نوبات الغضب كان يقول: هل من الضروري ان تكون الوحيد الذي يضطر العائلة كلها الى الانتظار؟ ان اخاك كان جاهزا منذ عشر دقائق. وكذلك فقد يلجأ الى المقارنة في نوبات الفرح: ان اخاك الكبير ما زال يحاول في هذا الموضوع منذ ساعة، وانت عرفتھا بديقتين. وفي الحالتين لم يكن الامر يؤدي الا الى المشاكل.

إلا ان هذا الأب نجح أخيرا في التخلص من عادته السيئة، وفي مقاومة شعور الاغراء الذي يدفعه الى مقارنة طفل بآخر. وفي كل مرة كان يحس بالرغبة في المقارنة، فقد كان يقول لنفسه: " توقف! مهما كان نوع التوصية التي يجب ان توجهها لهذا الطفل، فبالإمكان ان نقولها له مباشرة وبدون اية اشارة الى اخيه" ان الكلمة الرئيسية في هذا الموضوع هي الوصف والوصف فقط. صف ما ترى ببساطة. عبر عن الامور التي تحبها، اذكر الامور التي لا يجوز ان يفعلها. وان النقطة الهامة التي تتمثل بالالتزام بموضوع هذا الطفل وسلوكه حصرا ولا يجوز ان يقال أي شيء عما يفعله او لا يفعله اخوه.

وقد يقول قائل: اننا نعيش في مجتمع قائم على التنافس. أفلا يحتاج الطفل الى شعور المنافسة في المنزل حتى يكون جاهزا للتعامل مع المجتمع الخارجي؟ حسنا لا بد ان ننسب الى الفرق بين عاملين اثنين. فإذا كان المقصود هو اعداد الفرد بشكل يمكنه من أداء واجباته بكفاءة وبطريقة تدعم ثقته بنفسه، وإذا كان الهدف هو تمكينه من تحقيق أهدافه، فمن الممكن تحقيق ذلك عن

طريق توفير بيئة تعمل على تشجيع التعاون، علما بأن أهم فائدة يكتسبها الطفل من نشأته في مناخ تعاوني تتمثل في النتائج الرائعة التي تتمخص عنها مثل هذه البيئة، بما في ذلك احترام الآخرين من جهة والثقة بالنفس من جهة أخرى.

ولرب سائل يسأل: إذن، فما هو دور المناظرة؟ ومتى تكون المناظرة شيئا مرغوباً؟ في الواقع ان التنافس يمكن ان يؤدي الى نوع من الزخم الذي يدفع بالفرد الى نوع من الانجاز. ولكن ذلك لن يكون ابدا بدون مقابل. يبدو ان لكل شيء ثمنه في هذه الحياة. وان الدراسات التي اجريت على الطلاب في المدارس، وعلى رجال الاعمال في المكاتب والمصانع، لتشير الى ان التنافس اذا اصبح حادا، فان الفرد يصاب بنوع من الاعراض المرضية، مثل الصراع وآلام المعدة وآلام الظهر. وكذلك فقد يصاب ببعض العقد النفسية والعاطفية. وقد يتنامى شعوره بالقلق والشك، وربما تزايد ميوله العدوانية. لماذا لا نوفر في بيوتنا ملاذا يحمي أبنائنا وبناتنا من هذه التوترات المؤلمة؟

وبالإضافة الى المقارنة المباشرة، فالأبوين يجب ان يبتعدا ايضا عن المقارنة الضمنية. فإذا قالت الام مثلا لابنتها شيئا حسنا عن اخيها، فليس ممن المستبعد ان تفسر الفتاة كلمة لها على انها تفضل اخاها عليها، وعلى انها تنتقدها بشكل غير مباشر، وانها تنتقص من قيمتها. فان كلمة مثل " ان اخاك مجتهد في دراسته"، قد تترجم في ذهن الطفلة الى عبارة سيئة مثل " انت كسولة". من حق اطفالنا علينا ان نجنبهم مثل هذه المعاناة.

ولكن ماذا يستطيع الابوان ان يفعلوا بشأن شيء خاص فعله احد الاطفال في حال وجود الآخرين؟ قد يشعر الابوان بالحيرة فهما لا يرغبان ان يبترا فرحة طفلهما بانجازه العظيم وخاصة في لحظة الانتصار والفوز، ومن جهة

أخرى فإنهما لا يريدان أن يثيرا حساسية أشقائهما. يتمثل الموقف المعتدل بالاعتصار على وصف الحالة النفسية للطفل، كأن نقول له لا بد أنك فخور بإنجازك. ويبدو أن التكريب والمثابرة قد أعطيا مفعولهما، وانتهيا بك إلى هذه النتيجة. أما العاطفة الجياشة والاثارة للحلوة التي تشعرين تجاه إنجاز طفلك، فيجب أن تحتفظي بهما لنفسك إلى أن تحين الفرصة المناسبة للانفراد به تجاه إنجازك. إن الأحجام عن مقارنة الأطفال ببعضهم هو نوع من التحدي الذي يتطلب مقدار كبيرا من قوة الإرادة. ولربما فشل في هذا المجال كثير من الآباء والأمهات الذين اعتادوا على ممارسة هذه العادة السيئة. إلا أن النجاح في هذا الموضوع يعطي ثماره المؤكدة في واقع الأمر، ويجعلك تشعرين بالفخر ليس بما فعلته وإنما بما أمسكت عن فعله.

## (( مشاكل الآباء الجدد ))

على الرغم من كل المتع والمسررات التي يمكن ان يتوقعها المرء من ولادة الطفل، فان هذا المخلوق للضعيف يحمل معه مجموعة ضخمة من التحديات. ورغم ان بعض الرجال والنساء يدفعون ثمنا غاليا في سبيل الحصول على لقب بابا او ماما، فان الكثيرين ينتقلون الى مرحلة الابوة والامومة بسهولة نسبية.

وتهتم الدراسات الحديثة بالكيفية والاسباب التي تؤثر بموجبها المواليد الجدد على تغيير علاقات اباؤهم وامهاتهم. ومن المواضيع التي تهتم بها هذه الدراسات ايضا طبيعة التغير الذي ينشأ على نوعية الحياة العائلية عندما يستقبل الزوجان مولودهما الاول، وعلى مدى الرضى الذي يشعر به كل من الزوجين عن زواجه، ومدى نظرة كل منهما الى رومانسية العلاقات بينهما، وكيف يقسمان اوقاتها بين اداء واجبات العمل من جهة والواجبات البيئية من جهة ثانية وواجبات العناية بالطفل من جهة ثالثة.

ولقد تمخضت التجارب الأولية التي أجريت في هذا الصدد عن نتيجة أساسية لاحظها الباحثون بكل وضوح، وهي ان الأبوة او الأمومة تفرض ضريبتها الحتمية على الزواج، وإن السنة الأولى من ولادة الطفل الأول تتميز بشعور عام من الانزعاج يطفئ على علاقات الأسرة. اما الزوجة فانها تعاني من أوقات صعبة بشكل خاص، وذلك كنتيجة لاكتشافها انها تقوم بأكثر من حصتها في الواجبات البيئية وواجبات العناية بالطفل. ومع أطلال الطفل الجديد على هذه الدنيا، فان كلا من الزوجين يشعر بان علاقته بالآخر قد غدت ابعد

عن الرومانسية وأقرب إلى أن تكون علاقة عمل بحيث يحصل كل منهما حصته في هذه الشراكة الثنائية.

وليست هذه المشكلة مقتصرة على الطفل الأول، بل إن هذا الشعور يتزايد مع ولادة الطفل الثاني ثم الثالث وهكذا دواليك.

وسواء أكان المولود هو الأول أو ما بعده، فإن الكثيرين من الأزواج يعانون أكثر من غيرهم عند وصول الطفل. وفي سبيل دراسة المسبب الناجم الذي يؤدي إلى هذه الظاهرة، فقد قام العلماء بدراسة عدد من العناصر التي تلعب دورها في تكيف الأشخاص مع أوضاعهم الجديدة كآباء وأمّهات.

ومن الأمور التي اكتشفت في هذا الصدد العلاقة بين ما يجري أثناء ساعات العمل من جهة وخارج أوقات الدوام المهني من جهة أخرى. ولقد عمد القائمون على هذه الدراسات إلى استقصاء المعلومات المتعلقة بمدى الدرجة التي تؤثر بها العودة من العمل إلى البيت في حالة من التعب أو التوتر أو خيبة الأمل، على حسن الأداء والقيام بالدور المناسب كضربك حياة مع الطرف، وكأب للطفل. وقد قام العلماء أيضا بإحصاء درجة رضى كل منهم عن عمله.

ومن النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة أن الرجال الذين يعملون في المستويات المهنية الدنيا، أو في الأعمال التي لا تتطلب مهارات فنية، والذين يتميزون بعدم الرضى عن أعمالهم، كانوا عاجزين عن التخلص من هموم العمل عندما يرجعون إلى البيت مساء، وربما شعروا بنوع من الحساسية وعدم الصبر. وعلى العكس من ذلك، فالجانب المشرق من القضية يشير إلى أن الأزواج الموفقين في أعمالهم، أو الذين يستطيعون أن يقيموا توازنا طيبا



بين مسؤوليات الحياة العملية والمنزلية، يشعرون بالرضى عن ازواجهم بعد ولادة اطفالهم ويحرص هؤلاء على إبقاء قنوات الاتصال مفتوحة، ويقللون من مستوى التوتر.

وما كشفت عنه هذه الدراسات ان المشاكل تواجه الحياة الزوجية عادة اذا اختلفت التوقعات حول المصاعب المتعلقة بالأبوة أو الأمومة عن الصعوبات الحقيقية التي واجهوها بالفعل، بينما تكون هذه المشاكل أخف بكثير عندما تكون لدى الابوين صورة ادق عن المصاعب التي يحتمل ان يواجههاها بعد ولادة الطفل.

وكذلك فإن ذكريات الطفولة لدى كل من الزوجين تلعب دورها في تقرير مدى سهولة التكيف مع الوضع الجديد فالطفل يجلب معه متاعب صاخبة للأشخاص الذين تربوا في بيئة محرومة أثناء طفولتهم، والذين كانوا هم عناصر غير مرغوبة من قبل آبائهم وأمهاتهم بسبب ما كانوا يعانونه من أوضاع مادية سيئة. أما الأزواج والزوجات ذوو الخلفيات الأغنى، فإن معاناتهم من أطفالهم تكون أقل نسبيا من غيرهم.

ومن الأمور التي يمكن ان تثير الخلاف بين الزوجين تقرير أي منهما سيقوم بالأعباء المنزلية بشكل عام، وبأعباء العناية بالطفل بشكل خاص. وغالبا ما تستند هذه الخلافات، وتصل الى حد تسبب معه النزاع الدائم المزمع بين الزوجين حول الموضوع فلقد تبين ان النساء المنقبات اللاتي يرفضن النظرة التقليدية لدور المرأة في الأسرة يعانين من صعوبة كبيرة في التكيف مع الوضع الجديد بعد ولادة الطفل، بخلاف للمرأة التي تعتقد بان مهمة المرأة الاولى هي تربية الطفل، وتعتبر انها مهمة رئيسية لها قدميتها ومكانتها، فإن

مثل هذه المرأة لا تعاني أية مصاعب تتعلق بتربية الطفل، بل تجد فيها بهجة تتعاظم مع تزايد عدد الاطفال من جهة وتقدمهم في السن من جهة أخرى.

ولقد بحثت هذه الدراسات أيضا مدى للتأثير الذي يمارسه التكيف النفسي لدى كل من الابوين مع الوضع الجديد على تربية طفلهم، فتبين ان سلبية هذه العلاقة تتزايد طردا مع مدى نفور كل من الزوجين من واجباته تجاه اطفاله، وان النفور الذي يبديه الطفل تجاه ابويه وعدم الاستقرار الذي يشعر به يتعاظم هو الآخر مع لزيادة حدة انزعاجهما من المشاكل المتعلقة بواجباتهما تجاهه.

ومع ان المتاعب المتعلقة بتربية الطفل والتي تواجه الآباء والأمهات هي متشابهة جدا. ومع ان كل الأطفال يكون ويزعجون والديهم في أوقات غير مناسبة، الا ان المشكلة تكمن في رد الفعل الذي يبديه الابوان تجاه المشكلة تماما كما يختلف موقف المتقائل والمتشائم تجاه الحياة.

وهكذا فاننا نجد دائما نصف الكأس بأنها " نصف ممتلئة" في الوقت الذي يصر بعضهم على ان يسميها " نصف فارغة".

## (( الأم العادلة مع أطفالها ))

هل تستطيع الأم أن تكون عادلة مع أولادها الثلاثة مثلاً، بحيث تعاملهم من دون أن يشعر أحد منهم بأي ظلم أو إجحاف بحقّه؟ الأمر صعب للغاية، ولو أن علماء التربية ينصحون الأم بأن تكون عادلة مع أطفالها. بعض هذه الصعوبة تشرحه هنا والدة حاولت أن تكون عادلة بطريقتها الخاصة!

لعدة سنوات طويلة، حاولت سهام أن تكون الأم المثالية التي يريدونها أطفالها، وحرصت على أن تساوي بين أطفالها الثلاثة في كل شيء. ولقد انطلقت في موقفها هذا من اعتقادها بأن الله يحرم على الأبوين أن يشعروا أطفالهما بأنهما متحيزان لأي منهما، حتى وإن يكن أحدهم يتمتع فعلاً بمعاملة عادلة؟ وهل استطاعت إقناع أطفالها بأنها لم تكن منحازة إلى واحد من أطفالها الثلاثة؟

ومن الطبيعي أن والديّن اللذين عندهما طفل واحد لا يشعران بهذه المشكلة أبداً ولا يعانيان منها. ففي حالة الطفل الوحيد، تستطيع الأم، مثلاً، أن توبخ ابنها أو تدلله أو تعامله حسب الظروف والملابسات المختلفة، دون أن تحسب أي حساب لمشاعره أو لمشاعر طفل آخر، قد ينتبه إلى اختلاف ما في طريقة المعاملة التي يتلقاها عن معاملة شقيقه. ولكن عندما يصير عندها ثلاثة أطفال مثلاً، وتضطر إلى توزيع الواجبات والامتيازات عليهم، فإن احتمالات الاتهام بأنها ليست عادلة، ستكون أكثر مما كانت تتوقع!

## كيف يجب ان نتصرف الأم؟

لنأخذ على سبيل المثال مشكلة سهام مع أطفالها الثلاثة. فابنهما البكر اعتاد على ان يتلفظ بكثير من الكلمات البذيئة التي تدل على قلة الأدب، إلى حد انها باتت تشعر بالعجز التام تقريبا عن تربيته، بالرغم من استعمالها لأنواع كثيرة من العقوبات التأديبية، ولكن أيا منها لم ينفع في شيء.

وتختلف ابنتها عنه كثيرا.. فهي هادئة حلوة السمائل، وحديثها مهذب ظريف. فإذا صدف وحاولت ان تقلد أخاها في مناسبة ما، سارعت أمها إلى تعنيفها فورا، ولا تتساهل معها ابدا.

وأما ابنها الصغير، فإنه يستعمل للكلمات البذيئة في بعض الأحيان، وعادة ما يكون هذا وقت الخصام، وعندما لا يجد طريقة أخرى لإثبات نفسه، وخاصة عندما يكون العراك مع من هو اكبر من. هنا تتساهل سهام معه أكثر مما تتساهل مع أخته، ولكن بنسبة أقل من تساهلها مع أخيه الكبير.

ثمة سؤال منطقي يطرح نفسه هنا: كيف تجيز سهام لنفسها ان تعامل أطفالها الثلاثة بأساليب مختلفة تماما؟

والجواب بسيط جدا، ويمثل في ان الأم تحاول دائما تجاهل السلوك السيئ لتصب جام غضبها على ابنتها فقط، أولا لان تعنيفها وتوبيخها اسهل، وثانيا لان سهام تعتبر صدور الكلمات اللذابة عن فتاة أمرا لا يجوز التساهل بشأنه.

وكان موقف سهام قريبا من ذلك ايضا مع ابنها الأصغر والذي كانت هفواته من الذنرة بحيث انها كانت تعاتبه عليها مباشرة، وتنبهه إلى ان من الأفضل له ان يقلل من استعماله للكلمات البذيئة، باعتباره ولدا مهذبا من الاساس، ليس من المناسب ان ينزل إلى مستوى غير لائق به.

وتعترف مسهام ان الام لا تستطيع، ان تكون عادلة مع اطفالها بشكل كامل، ولن يكون بإمكانها ان تعاملهم معاملة واحدة تماما. ويبدو انها اقتصرت بهذا الامر، وعملت بموجبه، إنها تعاني من تأنيب الضمير. وحول ذلك تقول: "أرى مثلاً، وحسب ظروف معينة، ان احد أطفالي بحاجة إلي أكثر من غيره ربما لمدة اسبوع، وهكذا فأنني اخصص له وقتاً إضافياً، دون ان اشعر بأنني يجب ان اقدم تقريراً رسمياً بمرر سلوكي هذا".

وتضيف: " اذكر في هذا الصدد انني قررت مرة ان اخصص كامل الميزانية الشهرية للملابس لابنتي، وكان ذلك بسبب ظروف معينة وحالة نفسية كئيبة كانت تمر فيها.

ولكي لا يكون ثمة مجال لسوء الفهم، يذكر علماء التربية بحقيقة مهمة جداً، وهي انه لا يجوز في أي حال من الاحوال للابوين ان يهملوا او يتجاهلوا ايا من اطفالهما، وانه اذا دعت مناسبة معينة الى اتخاذ موقف خاص من احد الاطفال، فلا يجوز ان ننسى ان هذا استثناء وليس قاعدة يجوز تعميمها.

وهذه الحقيقة العلمية تعرفها مسهام وتعترف بضرورة تطبيقها. وحول ذلك تقول: " في كثير من المناسبات أخذت أحد أطفالي الثلاثة على حدة، واعتذرت له بإخلاص عن تقصيري معه، ومن حسن الحظ ان الطفل ينفذ في هذه الحالة متساهلاً الى ابعد الحدود، ويلتمس لي الاعتذار، لو انه يتجاهل الموضوع كلياً. ومع ذلك فانا متأكدة تماماً ان ثمة صدعا كان موجوداً، وانه قد ازيل، عندما عرف الطفل الملابس المناسبة، وباعتراضي للطفل انسي كنت مخطئة معه، كان يستفيد درساً قيماً في الحياة، يتمثل في ان الخطأ من طبيعة الانسان، وأنه قابل للتصليح دائماً" تتابع : " انا اقول هذا، وانني لمتأكدة تماماً من انه ليس ثمة أم تستطيع ان تكون عادلة مع اولادها بكل ما في الكلمة من معنى، وتبقى محتظة بهئونها للذهني في نفس الوقت. لان العدالة الكاملة تقتضي عملاً دقيقاً ومرهقاً. فإذا كان بنطال سامر قد كلف ستين ليرة، مثلاً،

بينما لم يكلف فستان نهلة غير خمسين، فإن هذا يعني أنك مدينة لنهلة بعشر ليرات، والسعي الدائم لتحقيق مثل هذه العدالة يتطلب سلسلة لا نهائية من العمليات الحسابية والتصفيات والموازنات التي لا حد لها. أنا افترض ان تكون العملية للتربوية عملا حسابيا". وتذهب سها ابعد من ذلك وتقول : " ان تربية ثلاثة اطفال يشبه الى حد بعيد زراعة وردة ونبته صبار وشجيرة فريز، فكل من هذه النباتات بحاجة الى كمية مختلفة من الماء والرطوبة والشمس والتشذيب. فاذا كان علي ام لكون عادلة بشكل كامل مع اطفالي، فيجب علي ان اعاملهم كما لو كانوا متشابهين تماما. ومن المؤكد ان هذه الطريقة عقيمة، ولا تؤدي الى اية فائدة على الاطلاق". تتابع: " فمئذ اسبوع مثلا طلبت مني ابنتي ان اسمح لها بالتأخر في السهرة. ولما لم اقبل، فقد لجأت الى اتهامي بالنفاق، لانني كنت اسمح لاختيها الاكبر بالتأخر في السهر عندما كان في عمرها. ولقد كانت على حق في ذلك، فقد كنت اسمح له بالتأخر فسي السهر فعلا. ولكني لم اكن لاسمح بذلك قطعياً، لو كنت اعلم وقتها من حقائق الحياة ما اعلمه الان. ومع ذلك فلم انكر لابنتي شيئا عن هذه المعرفة التي عانيت كثيرا في سبيل الحصول عليها. وبدلا من ذلك، فقد قلت لسها : نظنين انك تختلفين عن شقيقك؟ وبما أن ابنتي ليست غبية ولا بليدة الحس، فقد لاحظت الهدف عن سؤالي، ولنتبعت الى الزاوية التي احاول ان احصرها فيها. ففي كثير من المرات كانت قد اكدت لي انها ليست مثل اختيها ابدا، الامر الذي يتضمن انها تستحق امتيازات عليه. فأجابت بحدة: " كلا ... حسنا نعم". فامسكت بطرف الخيط، وتجاهلت النصف الاول من الجواب، واكدت لسها رأيها قائلة : " حسنا انت مختلفة بالطبع. وهذا بالضبط ما يجعلني اعاملك بطريقة مختلفة. والا فلن لكون عادلة معك يا حبيبتي". لقد كرهت نفسي بسبب اضطراري الى التلاعب بالالفاظ، واللف والدوران بهذه الطريقة ولكن الحقيقة هي ان المرء عندما يحاول ان يربي طفلا تربية صحيحة، فلا بد ان يقع احيانا في أخطاء، وان الخطأ ما هو الا الجسر الذي يوصل بين التجربة والمعرفة.

## (( لنوفر أبحاثنا الحب ))

في حياة الأسرة أمور بسيطة لكنها عظيمة الشأن حقيقة.. فهي بمثابة دعائم تقوي العلاقة العائلية وتمنن للرباط المقدس الذي يضمها.. كما هي حال الجلوس على المائدة في الصباح والعشي.. وفي وقت الظهيرة، وتبادل أطراف الحديث.

لكن وللأسف.. فإن كثيرين - في زحمة الحياة - يستسهلونه، بل ويقبلون من قيمتها أي تقليل.. فلا يعيرونها انتباها ولا قيمة.. فإذا بالعمرممضي.. كطرفة عين.. ونحن كما نحن لا زلنا غارقين في زحمة العمل.. وفوقها الهموم، التي تكاد لا تنتهي.. وإذا بالرباط ينحل، ويقوة العائلة تتلاشى كما يتلاشى دخان لفافة في الكون الواسع.

من صفات الانسان: كل انسان على وجه هذه البسيطة الانس والاجتماعية، فإن تخلقى عن نفسه عاش في فراغ قتال وأسى لا ينتهي.. واخذ يبحث عن البديل. فمن غير المعقول اذا ان نجرد الأسرة من احدى صفاتها لانها، حينئذ، لن تبقى أسرة ومجموعة افراد تعيش في فندق ان صح التعبير.. او يمكننا في هذه الحال ان ندعو نزلاء الفندق أسرة؟.. لا بالطبع.. فهما طالت اقامتك في الفندق واتسعت علاقتك فانت ذاهب لا محالة..

كما انك لن تتطرق الى مواضيع تتناولها الأسرة الواحدة، ذلك أن لكل فرد همومه ومتاعبه، وحين يغيب الرأس المدير - وهو المقر والناهي - الذي تودعه العائلة لسرارها، يأخذ كل فرد بالغناء على ليله، يخطب خطب عشواء.. فلا مجيب ولا حبيب ولا رقيب.. وقد ينحرف الى الهاوية دون ان يجد من يقوم له المسير، ويعيده الى جاده الصواب.. وإن يساوره الندم كثيرا لانه كي يحافظ

على سلامة كيانه النفسي، يبدأ بتبرير كل شيء لنفسه.. وكثيراً ما يفوت الوقت لاستدراك ما ضاع. ربما يجادلك بعضهم فيقول: ما قيمة اجتماع العائلة على طعام الغداء؟ ذلك أن لكل فرد مشاغله وأعماله. ومن غير الممكن أن ينتظر كل فرد الآخر.. ففي الأمر مضیعة للوقت وهراا ومن هنا تبدأ المسئلة بالانقطاع.. لتضیع حلقاتها حلقة وراء حلقة.

يمكننا أن نساير هؤلاء جدلاً أنه لا قيمة للطعام، يأكله المرء كيف يشاء ومتى شاء.. فالمهم أن يملأ الأنمي بطنه ويلتفت إلى شغله.. لكن لنذكر وباهتمام أن الطعام أساس متين في حياتنا كلنا دون استثناء.. ويكاد أن يكون شغل بعضنا الشاغل.. يفكرون بالوجبة التالية قبل انتهاء مابقتها.. وكثير منا يسعى إلى تشكيل الطعام وتزيينه.. والتفنن فيه.

يخطئ من يظن أن التفنن في الطهو وتزيين المائدة عبث ولهو، لأن المرء يعشق الجمال.. يسحره الترتيب والألوان الزاهية المتناسقة، وتأخذه البراعة لتنتذكر لنا عندما نعود إلى بيتنا فأننا ننشد الراحة والهدوء بعد يوم عمل مضن، وننشد الابتعاد عن جو العمل، لنقترب من جو ودي جميل لطيف فيه العذوبة والسحر.. والكلمات الرقيقة الحانية.. ننشد اللذة في حياتنا - وهي مطلب حق للمرء في كل شيء... لأن الأمر ليس مجرد امتلاء المعدة بما هب وذب دون أي ذوق أو أي ترتيب. وفي الظهيرة فرصة لاجتماع العائلة.. ومؤانسة أفرادها لبعضهم وحل لمشكلاتها.. ويمكننا أن نتصور النعيم في بيت مرتب نظيف لا يخلو من صور جميلة وموسيقى لطيفة وسيدة أنيسة.. ربة أسرة تنظم أوقاتها وتحترم المواعيد.. مقابل الجحيم الذي يعيشه غيرهم ما بين فرضى الكلام والطعام والانتظام.. فلا هدوء ولا وئام. يظن هؤلاء، أن هذه



امور صغيرة.. وعبتا يحاولون لقيا سر شغلهم.. وينسون ان هذه الامور الصغيرة - لو افترضنا انها حقاً صغيرة - ذات قيمة كبيرة.

في علم النفس وطب الاطفال، ما يخدم للموضوع. فقد وجد العلماء ان نمو الاطفال لا يتم الا بتوفر شروط ثلاثة: للتغذية الجيدة، والاستعداد الوراثي، والحب. نعم، فلحلب قيمة كبيرة تبدأ منذ نعومة الاظافر حينما يرضع الطفل من ثدي امه الحليب والحب والحنان.. حين ندغدغه وتناغيه وتداعبه وتهدهده وتغني له.. فيشعر بالامان.. وينمو على رسله بانتظام. ان خلافاً واحداً من الشروط الثلاثة يعني ان الطفل لن ينمو جيداً بل سيبقى قزماً.. ولا اقل على ذلك من الاطفال المضطهدين المشردين او الذين يفقدون الحياة العاطفية بفقدان اهليهم.

ان قائمة فشل النمو عند الاطفال طويلة جداً تشبه صفحة في قاموس.. واحد اسبابها الهامة هو الحرمان العاطفي الوالدي Maternal deprivation.

لهذا تحاول دور الحضانة وقرى الاطفال في العالم جهداً ان تقلد جو الاسرة الواحدة، وليس الامر مجرد تناول طعام او شراب.. والا لصار الامر مثل المدافن او المقابر.. وحتى الأبقار يزداد اندراب حليبها بإسماعها الموسيقى الهادئة.. كذلك حال النباتات التي يزداد نموها.

اذا حين يفشل الابوان في تربية اطفالهما ويقولان: لقد تعبنا وشققنا وعملنا الليل والنهار وقدمنا لهم كل ما يريدون، ليسألوا انفسهم هل قضوا معهم الوقت الكافي وغمروهم بالحب؟ هم يظنون انها امور صغيرة.. لكنها حقيقة عظيمة.. وحتى الامور الصغيرة ذات أهمية في حياتنا.. "فالولئك الذين لا يعرفون قيمتها، لم يجربوا النوم مع ناموسة". فلنوفر اذا لاطفالنا الحنان والحب.. هو خبز الحياة وبالحب ينمو حتى للشجر والزهر.

## (( علم طفلك الشجاعة ))

هل يخشى طفلك الاختلاط بآقراه؟  
وهل يفكر إلى الشجاعة؟  
المعالجة بسيطة تتطلب فقط ثقة قوية بالنفس!

الشعور الأساسي لدى الطفل هو على الأغلب كما يلي: "ما الذي يجعلهم يهتمون بي؟" إن لديهم عددا كبيرا من الأصدقاء بشكل طبيعي اما انا فأنني جديد عليهم، وليس لدي من المؤهلات ما يجعلني كفاءاً لاتضم اليهم فانا لست رياضيا جيدا، ولا متوقفا في الدراسة، ولست حسن المظهر وليس لدي الملابس المناسبة وليس لدي أي صديق، انا فقط (انا) لمت جزءا من مجموعتهم انهم شعبيون تماما وليسوا بحاجة للتعرف إلي وبالإضافة الى هذا كله فانا خائف.

إن التعبير عن الهوية الشخصية لا يعتبر عاملا كافيا لدعم الثقة بالنفس لدى الطفل في معظم الأحيان وانه لا يرتفع بمعنوياته الى الحد الذي ينتهز الفرصة المناسبة للتعرف الى شخص لا يعرف وخاصة اذا كان ذلك الشخص شعبيا كيف تساعده؟.

إذا كان طفلك ولدا من هؤلاء الكثيرين الذين يخشون الاشخاص (نوي الشعبية الواسعة)، فإن بإمكانك ان تساعده على تحويل ضعفه الى قوة وذلك عن طريق عرض الصورة الواقعية للشعبية بالإضافة الى توجيهه بحيث ينفذ خطة تدريجية لاكتساب المعارف الجديدة وسوف تجد بعد فترة قليلة من الزمن ان طفلك قد اصبح أقل خوفا وابتعد عن الشعور بالحرج او القلق حيال

مشاكلات الآخرين أو نبذهم إياه، أو حيال أية مشاكل من هذا القبيل، وسوف تجد أيضا أنه قد بدأ يتخذ خطوات إيجابية مهما كانت بسيطة في اتجاه التعرف على أصدقاء جدد.

وبسبب حرص الأبوين الشديد على بث الشجاعة في نفس طفلهما، فإنهما عادة ما يتسببان في مزيد من الشعور بالضعف لديه، وذلك بسبب ردود فعل خاطئة من جهتها كأن يقولوا لطفلهما: "لا تكن لحق ذهب إليه وتكلم معه أنه لن يأكله".

وعلى العكس من ذلك فقد يكون ومن المفيد تملأ التسليم مع الطفل بأن من الأمور الطبيعية أن يشعر بنوع من العصبية، أو ربما بالخوف، من محاولة التعرف على شخص ما، وتبنيه مع ذلك إلى الضارة التي يعاني منها من جراء السماح للخوف بأن يبقيه في الظل مختبئا عن رفقه. فمن المحتمل أن يولد هذا الموقف في نفسه نوعا من التحدي الذي يدفعه إلى الرغبة في تخلص نفسه من مخاوفه، وإلى الانطلاق نحو اتخاذ الخطوات الإيجابية اللازمة.

#### تشجيع المبادرات :

وبما أن قسما كبيرا من الخوف ينشأ من مجرد الجهل بما يجب أن يقال فقط يكون من المفيد أن تتعاون مع طفلك بالتفكير في إنشاء مجموعة من الجمل التي تنقد في التعرف على الآخرين كأن يقول الطفل لرفيقه " ما رأيك في أن ندرس معا مادة التاريخ؟ " أو "أين تحب أن نقضي عطلة الربيع؟" أو "ماذا تفعل في لوقات فراغك؟" إلى ما هنالك من الجمل التي تهين مناسبات جديدة للتحدث في مواضيع مختلفة، أو أنه قد يسلم عليه مجرد سلام أثناء مروره به في الباحة أو في الشارع، ومع أن هذه خطوة بسيطة في واقع الأمر

إلا انها لا تبدو كذلك بالنسبة للطفل الخائف فاذا انجز مثل هذه الخطوة فبإمكانك بل يجب عليك ان تثني عليه وتشجعه على القيام بمبادرة أخرى مماثلة في المستقبل ومع انك لا تضمن ان يكون رد فعل الطرف الآخر جيداً لو ان يتجاوب مع رغبة طفلك في التعرف عليه ، الا ان بإمكانك ان تؤكد لطفلك ان هذه هي الخطوة الاولى التي لا مفر منها في سبيل انشاء معارف جديدة او في سبيل التعرف على اصدقاء جدد، ويجب عليك ان تؤكد له انه اذا كان سينتظر شخصاً آخر ليظهر اهتمامه به اولاً، فان فترة الانتظار، قد تمت سنوات طويلة.

تكلم مع طفلك عن انواع ردود الفعل التي يحتمل ان يتلقاها تجاه محاولاته فان هذه المنافسة الصريحة تعتبر تميداً مناسباً يعمل على وقاية الطفل من خيبة الامل التي قد يصابها من جراء بعض التصرفات السلبية من قبل الآخرين، وتمكنه من ان يدرك وجود الخيارات البديلة في حال الفشل، فإذا اثبت شخص ما عدم اهتمامه بالتعرف عليه، فانه بإمكانه ان يذهب الى شخص اخر ومن الطبيعي تماماً انه ليس كل شخص يتعرف على كل شخص آخر وان الصداقة الحقيقية هي ما تكون مبنية على مشاعر متبادلة بين الطرفين لا من طرف واحد.

### الشعبية والمشاكسة :

نبه طفلك الى ان من الحكمة ان لا يحاول التعرف على أي شخص الا اذا كان لوحده، فذلك الفضل من ان يكون في جماعة من الاصدقاء وذلك لان الطفل الذي يتمتع بالشعبية قد يكون راغباً في ان يرحب به ولكنه لا يكون متأكداً مما سيقوله أصدقاؤه الآخرين.

وتستطيع ايضا ان تستغل هذه المناسبة لتوضيح السمات الشعبية وما يجعل الأشخاص شعبيين، وقد يكون بإمكانك ان تتكلم عن بعض تجارب طفولتك المتعلقة بالموضوع، وعن مشاعرك الشخصية التي كنت تحس بها في حينها وذكر طفلك بان كل شخص هو مهم بشكل أو بآخر ويحسب ان يحسب حسابه، ولو ان من الصعب على الطفل الذي لا يتمتع بالشعبية ان يشعر بقيمته الذاتية فقد قال احد الصبيان مرة " انا اتمتع بالشعبية في مجموعتي غير الشعبية" ونحن بحاجة الى ان نتأكد ونؤكد لاطفالنا ان الشعبية لا تعني الافضلية وان انخفاض الشعبية لا يعني قلة الهمية.

وماذا اذا كانت المشكلة ان الأطفال يسخرون من طفلك لسبب خاص بسبب بدلته مثلا؟ ان بعض الأطفال يعانون مشاكسة الآخرين لهم منذ دخولهم مدرسة الحضانة. وإذا اكتسبت هذه المعاناة صفة الاستمرار اليومية فانها تكون فوق طاقة ما يمكن ان يتحملة الطفل، ومن الأصعب جدا على الطفل ان يشعر بالثقة في نفسه اذا كان كل الذين من حوله يشعرونه بعكس ذلك ولسوء الحظ فمهما قدم الوالدان للطفل من الحب والدعم في البيت، فان يكون ذلك كافيا لإزالة الآثار السيئة التي تتجم عن قسوة الزملاء فان الطفل ينهار خلال فترة من الزمن قصرت ام طالّت.

وعلى كل حال فان اول خطوة يستطيع الابوان اتخاذها في معالجة هذه المشكلة هو الحديث عن الاسباب التي تحمل الأطفال على للمشاكسة، وبعد ذلك يجب ارشاد الطفل الى الطريقة المناسبة التي يستطيع ان يواجه بها تلك المشاكسة، فمع ان من المستحيل التحكم بما يقوله الآخرون فام طفلك يستطيع ان يتعلم الاساليب الفعالة للرد عليهم، وكثيرا ما يؤدي الجواب البارع الى تعطيل هدف الطرف الآخر الذي يبحث عن رد فعله، زاد ذلك من احتمالات

توقف المشكلة، وفيما يلي بعض الاجوبة التي قد توقف الملاحظات المؤذية من الرفاق المشاكسين:-

- اذا كنت تحب ان تضيق وقتك في ان تطلق الاقارب عليّ فان ذلك ظريف ولكن لادي من الاهتمامات ما يجعلني بغنى عن اضاءة وقتي في الاستماع اليك.
- اذا كنت لا تحبني فلك الخيار في ذلك، فلمت ملزما ان تكون صديقي وكل ما اطلبه منك هو ان تتركني لوحدي وسوف اتركك لوحدا.
- انت تؤذيني فعلا عندما تقول ذلك ( لا يجب ان يقال هذه العبارة الا للصديق).

وفي بعض الاحيان يكفي تجاهل الملاحظة الساخرة لإحباط مفعولها، ولكن يجب ان يكون ذلك على اساس من الشعور الداخلي بقوّته واستعلائه على خصمه. وبالإضافة الى التعرف على الاستجابات الفعالة تجاه الملاحظات الساخرة، والتي قد تكون مصدر كبيراً لراحة طفلك، بحيث انها تجعله مهياً لمعالجة مواجهات اخرى ، مماثلة في المستقبل، شارك طفلك في شعوره، وأكد له إحساسك بعلاقته وتعاطفك معه وإدراكك لمدى الصمود النفسي في عركته المؤلمة، وعطيه زائداً مناسباً يجعله يشعر بالدعم المناسب من قبلك خاصة وان الامر قد يستغرق فترة طويلة حتى تؤدي طريقة المجابهة فائدتها، بحيث يكف زملأوه عن مشاركته.

وعلى كل حال إنظهر رد الفعل الفعّال غالباً ما يكون الفضل من المواجهة السلبية المطلقة فان طفلك في هذه الحالة يستفيد على الاقل من الشعور انتم بالفخر بل انه قد كان ايجابيا في محاولاته، وانه لم يكن جباناً بالمرّة.

## ((الطفل الخجول .. كيف نشجعه ونرعاه؟))

إن بعض الآباء يقعون في خطأ إصدار الأوامر الصارمة إلى الأبناء، فيأمرهم مثلا الطفل للخجول ألا يخرج ولأن يكون مقدما جريئا، أنهم يتصورون ان الابن يمكن ان يكون في يدهم آلة طيعة لتنفيذ الأوامر ... وبذلك يهدمون شخصيته ويعتقونها ويزيدونه خجلا ولما دون ان يدروا.

ولكن بعض الآباء قد يعثرون على الطريق الصحيح ويشجعون ابنهم للخجول ويرعونه رعاية سليمة فينجحون في بناء شخصيته، فما الذي يفعلونه؟! وكيف نشجع الطفل للخجول هل هو سعيد، هل هو مفضل في المنزل وفي المدرسة لأنه أقل إزعاجا من الطفل الكثير الحركة الوثوب ؟ كل هذه الاسئلة منحاول ان نجيب عليها قبل ان نناقش كيف تعامل الطفل الخجول.

### الخجل وأسبابه :

الطفل الخجول في الواقع طفل ممكن وبائن يعاني من عدم القدرة على الاخذ والعطاء مع لقرانه في المدرسة وفي المجتمع، وبذلك يشعر بالانقص بالمقارنة لغيره من الاطفال، ولعل أخطر الاعراض التي ترعج لخصائي الامراض النفسية سواء بالنسبة للاطفال او الشباب او الكبار هي اعراض الانزواء وأحلام اليقظة، ذلك لان المنزوي الذي يعاني من لحام اليقظة يعيش منطويا على نفسه يجتر سلسه وهواجسه، وبذلك يجده حسانا، قلقا، يعاني من عدم الثقة في النفس، ومن آلام الوحدة وتوقع للخطر، ومن الخوف من نقد الغير له.

ومما يقلل بعض الشيء من خطورة الخجل عند الاطفال اننا نجد ان اغلب الاطفال الخجولين غير المرضى، انما يظهر خجلهم وعدم قدرتهم على الاخذ والعطاء مع الافراد الجدد الذين يقابلونهم في المجتمع، او مع اقربائهم في المدرسة، ولكن تجددهم على درجة كبيرة من النشاط والقدرة على الاخذ والعطاء مع اخوتهم او اقاربهم بالمنزل او الوسط العائلي، فهؤلاء في الواقع يعانون من الخجل وليس من " الانزواء المرضي" ويمكن مساعدتهم مساعدة فعالة للتغلب على هذا الخجل.

ولعل اهم اضرار الخجل، ان الطفل الخجول لا يندمج في الحياة فلا يتعلم من تجاربها، وذلك لانه يمتنع عن الاشتراك مع اقربائه في مشاريعهم ونشاطهم، بل يشتم بالجمود والخمول في وسطه المدرسي، ويتجنب الاتصال بغيره من الاقران، كما لا يرتبط بصداقات مستديمة، بل ينفر من كل من يوجه اليه أي انتقاد، ولذلك يكون محدود الخبرات لدرجة قد يصبح معها عالة على نفسه وعالة على مجتمعه لبعده عن الغير وانطوائه على نفسه.

#### أسلوب التربية كسبب للخجل :

والخجل أسباب كثيرة أهمها مشاعر النقص التي سنناقشها بإسهاب، الا ان هناك حالات كثيرة لا يعاني فيها الطفل من نقص جسمي او عاهة ولكن نشأته جعلته ينشأ خجولا، فالأبوان اللذان يعتقدان في الحسد ويخفيان ابنهما عن اعين الزائرين، او يلبسانه ملابس للبنات حتى سن الخامسة او السادسة من عمره مع لطالة شعره الى غير ذلك من الاساليب التي تضع حائلا بين الطفل والمجتمع تجعله ينشأ خجولا.

كما ان للطفل "الولد الوحيد" بين عدة اخوات بنات يدلل عادة تدليلا لا



شعوريا رغم انكار الآباء لذلك، فينشأ متوقفا من كل الناس ان تعامله المعاملة "الناعمة" للحسنة المتميزة التي عومل بها في المنزل.

وطبعا لن يجد هذه المعاملة المتميزة خارج المنزل، خصوصا من اقربائه الذين هم في سنة، الذين لم يتعلم بعد للتناقص والتعامل معهم على مستوى متكافئ، ومن ثم يهرب منهم وينزوي عنهم ويشعر بالنقص بالنسبة اليهم.

وكما ان التدليل الشديد يؤدي بالطفل الى الخجل وعدم القدرة على الاخذ والعطاء بطلاقة فان التشنج في المعاملة للطفل والاكتثار من زجره وتوبيخه وتأنيبه لأتفه الاسباب، ومحاولة تصحيح أخطائه بأسلوب قاس خصوصا امام الغير يثير فيه مشاعر عدم الثقة في النفس ومشاعر النقص، الامر الذي يؤدي به في نهاية الامر الى الخجل والانزواء عن المجتمع، فكما كان الطفل يعيش في الاسرة في جو مشبع بالدفء العاطفي والشعور بالامن والطمأنينة والبعد عن الاوامر للقاسية مع التمتع بحرية التعبير والاختيار، نشأ على درجة معقولة من الصحة النفسية والقدرة على الاخذ والعطاء وعدم الخجل من التعامل مع الغير سواء كانوا من اقرانه او اكبر منه سنا.

ان الطفل يعمم خبراته مع الكبار الذين يتعاملون معه في البيت ، على الكبار الذين يراهم في الطريق او يقابلهم في المدرسة كالمدرسين وغيرهم، فان كان يخاف ويضطرب ممن في البيت، اضطرب وخاف ممن خارج البيت والعكس بالعكس تماما.

**الآب ودوره في خجل أبنائه :**

قد يبدو ان علاقة لطفل بأمه أهم بكثير من علاقته بأبيه خصوصا اسي السنوات الاولى من حياته، وذلك لان للطفل يبدأ في تكوين علاقة الود

والحب مع امه منذ الأسابيع الأولى لولائه وتطرد هذه العلاقة في النمو، فسي حين ان الأب قد يعتقد خطأ ان دوره في سنى حياة الطفل الأولى لقل أهمية عن دور الام، ومن ثم قد ينشغل في عمله ويقضي معظم وقته بعيدا عن المنزل، والحقيقة ان دور الوالد كبير في تنمية شخصية أبنائه، فعن طريقه يتعلم الصغار السلوك الاجتماعي الذي يميز الذكور في المجتمع. فوجود الاب واتصاله العاطفي المباشر بابنه الصغير يجعل الطفل يقلده بطريقة شعورية احيانا ولا شعورية احيانا اخرى، فيتعلم بذلك انماط السلوك والقيم الاجتماعية والاتجاهات التي يعتبرها المجتمع مميزة ومناسبة للذكور من افراده، والا فان الولد قد يقلد امه او اخواته البنات او قد يحجم عن هذا التقليد ولكنه لا يتعلم اسلوب سلوك الذكور، ومن ثم ينشأ خجولا غير قادر على مجاراة اقرانه من الاولاد او الشبان.

وقد علق Mower أحد علماء النفس على ذلك قائلا: "من الطبيعي ان يتبع الولد الصغير في الامر للمثالية خطى والده الذي يمر سرورا بالغا حين يجده يتبع خطاه ويحاول ان يكتسب صفاته واتجاهاته السلوكية، بل ان الاب يشعر بالزهو حين يجد ان رجولته أصبحت مجسمة بصورة حية في ابنه، وفي نفس الوقت يكتشف الطفل اذا حاول للتعبه بأمه ان سلوكه غير مقبول عند الأسرة وانك ينبذ دور الأنثى وينصرف عن تقليده - ويحدث العكس تماما بالنسبة للبنات فتجد تشجيعا لتقليدها لامها ونقدا لتقليدها لأبيها".

فكلما كان الاب قريبا من اولاده وكلما كانت الحياة الأسرية سعيدة وموفقة نشأ الابن واتقا من دوره مقلدا لوالده، غير خجول من ممارسة حياته بأسلوب سوي، اما في الأمر التي يكثر فيها الصراع والتشفاق بين الوالدين

فيجد الصغير نفسه في حيرة من امره، فهل يتقمص شخصية الاب او شخصيته الام، وليهما يحب وليهما يكره، او ليهما يفضب او ليهما يرضى، ومن ثم ينشأ قلقا نفسيا خجولا.

وجدير بالذكر ان ننبه الاب الى ان علاقته بابنه لا تتوقف اهميتها على عدد الساعات التي يقضيها معه، وانما تتوقف على نوع الابوة والمعاملة التي يعامل بها ابنائه، فهل تتميز علاقته بابنائه جميعا وباسرته بالدفء العاطفي المتبادل والحب والتقدير الذي لا يصل طبعا الى التكاليل؟!

ان نوع الابوة وسلوب المعاملة، ومدى خوف الابناء من الاب والطريقة التي يتعامل بها مع الاسرة، تحدد درجة للصحة النفسية للأسرة ومدى نشأة اطفالها خجولين او قلقين، او مرضى بأمراض نفسية؟! لذلك فأننا نعتبر ان تربية الطفل علما وفنا يجب ان يتعلمها الآباء، خصوصا في مجتمعاتنا الشرقية العربية حيث تجد ان سلطة الاب كبيرة للغاية على ابنائه وبناته وزوجته كرب اسرة، وحيث يقوم الاب بعقاب ابنه عقابا شديدا اذا ما تصرف تصرفا يعتقد الاب انه بعيد عن الرجولة.

كذلك فان اغلب الامهات في مجتمعاتنا غير متفقات ان لم يكن أميات، تحكم سلوكهن العادات والتقاليد والعقائد الخرافية البعيدة عن قواعد التربية السليمة، ومن ثم فان بعض البنات ايضا يعانين من قسوة معاملتهن لهن او من تدليلهن تكديلا يضر شخصياتهن.

وخلاصة القول ان الدور الذي يقوم به كل من الاب والام على جانب كبير من الاهمية في تنمية شخصية الابناء او حمايتهم من الخجل، ويتوقف نجاح هذا الدور على نوع العلاقة التي ينجح كل من الاب والام في تكوينها

معهم، ولهذا كانت الابوة الرشيدة من مقومات الصحة النفسية للصغار خصوصاً الاولاد. شأنها الامومة الرشيدة والابوة الرشيدة - كما سبق ان بينا - ولا تقاس بطول المدة التي يقضيها الاب مع الابناء - ولكن بدرجة الدفء العاطفي والامن والطمأنينة والتقدير الذي يشعرون به من نحوهم، وبجو الوفاق والهدوء الذي يوفره الأبوان للأبناء في حياة أسرية سعيدة.

ويمكننا ان نقرر دون مبالغة ان درجة نجاح الاب في تكوين شخصية ابنائه تقاس بدرجة نجاحه في كسب ثقتهم ومودتهم، بحيث يتخذونه صديقاً حكيماً يلجأون اليه لحل مشاكلهم، وما اكثر المشاكل التي تصادف للصغار، وحتى في سن الشباب وبعده، انه يمكننا ان نشبه الحياة بغابة يحتاج من يرتادها الى معين، وخير معين هو الاب الصديق الذي يشعر نحوه الابناء بالامن والطمأنينة فيسرون اليه بأرائهم، ويشعرون بالراحة النفسية لان لهم من يستشيرونه ويشير عليهم المشورة المفيدة الحكيمة.

اننا للأسف في اغلب البلاد العربية لا نهتم بصداقة أبنائنا وبناتنا ولا نشجعهم ان يلجأوا إلينا لحل مشاكلهم، فينشأوا على درجة كبيرة من الخجل ينفون أسرارهم ومشاكلهم في نفوسهم، فيعانون من القلق والحيرة والمرض النفسي، ان دور الاب ودور الام على نفس الدرجة من الاهمية في حل مشاكل الابناء.

#### مركب النقص وخجل الطفل:

يعاني بعض الاطفال من مشاعر النقص نتيجة نواقص جسمية او عاهات بارزة تساعد على ان ينشأوا خجولين ميالين للعزلة، ومن هذه النواقص والعاهات البارزة ضعف البصر، وصعوبة السمع، او التأخر

والللجلة في الكلام، أو الشلل الجزئي، أو العرج، أو السمعة المفرطة، أو طول القامة المفرط، أو ظهور البثور في الوجه، وما إلى ذلك من الظواهر للشاذة، ولحيانا يعاني الطفل من مشاعر النقص من نقص غير واقعي يتصوره في أحد أعضاء جسمه ولا يراه غيره ولا يجدي في اقتاعه أي دليل أو مناقشة، كما قد يعاني بعض الأطفال من الخجل نتيجة مشاعر النقص الناتجة عن أسباب مادية ككون ملابسه رثة لفقره، أو لهزال جسمه الناتج عن سوء التغذية، أو لقلة ما بيده من مصروف يومي، أو النقص في ادواته المدرسية وكتبه.

كما قد يعاني الخجول نتيجة إشعار البيئة له بالنقص لحجم وسامته، أو عدم تناسق تقاطيع وجهه وسوء منظره، أو لضعف قدراته العقلية وتحصيله في المدرسة، أو لجهل الابوين وسوء معاملتهما له كالتشدد في عقابه لأكل سبب، وقد يكون الأمر على النقيض من ذلك تماما، فقد يكون الطفل منملاً - كما سبق ان اوردنا - لدرجة تجعله يشعر بالخجل والقلق والخيبة عندما لا يلاقي نفس العناية والتكليل من المجتمع. والشعور بالنقص شعور يعتري الفرد عندما يجد نفسه عاجزاً عن ان يحل ما يعرض له من مشكلات ويصاحبه من الانفعالات الخوف والقلق والتردد وعدم القدرة على اتخاذ القرار أو التصرف في الموقف، فيبدو الفرد عديم الكفاية ضعيف الثقة بنفسه " خجولاً".

وقد يبدو الطفل الخجول " لئالياً " في كثير من الاحيان، لانه يسعى الى فرض رغباته على من يعيشون حوله، ومرجع ذلك ان كل تفكيره مركز في ذاته ولا يمكنه ان ينفذه الا في بيئته الخاصة، لانه لا يقوى على فرضه على اقرانه او على الجماعة المرجعية التي ينتمي اليها كطلبة المدرسة او اقران اللعب.

كما يبدو الطفل الخجول حساساً وعصبياً لان مركب النقص الذي يعاني

منه يجعله سهلا الاستشارة ولذلك فقد يبدو أحيانا كثير الحركة غير مستقر ، كما قد يبدو أحيانا قلقا متشائما حزرا، وفي بعض الأحيان قد يبدو عديم المبالاة، او متمارضا لجذب الأنظار - لفتار البيئة المنزلية - وعطفها عليه، كما قد يكون أحيانا عدوانيا لأكفه الأسباب.

إن الحياة في المجتمع الحديث للأسف تجعل مركز الطفل الذي يعاني عيبا جسمانيا، مركز صعبا للغاية مهما كانت البيئة التي نشأ فيها على درجة من الفهم والادراك العلمي والتربوي. ذلك لأن الطفل الذي يعاني من ضعف البصر او ضعف السمع او الشلل او الضعف العقلي الى غير ذلك من العيوب الجسمية يصبح فردا معوقا بالمقارنة الى الطفل السليم العادي، اما الطفل الذي يعاني من مركب نقص نفسي، فإنه ايضا معوق نفسيا بالمقارنة للطفل الذي يتمتع بالصحة النفسية.

والشعور بالنقص لا يؤدي فقط الى خجل الصغار إنما يؤدي ايضا الى خجل الكبار البالغين، فمثلا نجد المرأة في بعض المجتمعات الشرقية خجولة منزوية مترددة قلقة قليلة الثقة بالنفس، وذلك لأن بعض العادات والتقاليد فرضت عليها الشعور بالنقص فحرمتها من العلم والمعرفة ومن كثير من الحقوق، ومن ثم فإن الأم الخجول المترددة تتركب اولادها على الخجل والتردد وعدم الثقة في النفس.

### الخجل والتحليل الدراسي :

كثيرا ما يكون للتأخر الدراسي من المسببات القوية للشعور بالنقص وضعف الثقة في النفس وبالتالي من الخجل، ولكن ليس معنى ذلك اطلاقا ان كل تلميذ صغير او كبير خجول متأخر دراسيا، فكثير من أوائل الطلبة يعانون

من الخجل والشعور بالنقص ولكن لأسباب أخرى، الامر الذي يحتم علينا ان ندرس كل حالة على حده لمعرفة حقيقة المسببات والدوافع وراء الخجل.

وليس معنى التأخر الدراسي دائما نقصا في معدل ذكاء الطفل، فكم من طفل ذكي يتأخر دراسيا ليس لنقص في قدراته العقلية ولكن لأنه يعاني من القلق النفسي والانعاج لأقل الأسباب، والشعور بالتمعاسة والألم، وعدم القدرة على الاخذ والعطاء ومن ثم ارتكابه لخطاء تورطه في علاقاته الاجتماعية بأقرانه، وقد يرجع قلقه هذا لارتفاع معدل ذكائه ارتفاعا كبيرا لدرجة تجعله يتململ من بقاء العملية التعليمية، ولذلك فاننا احيانا قد نجد ان الطفل الذكي جدا يكون مشكلا كالطفل المحدود القدرات العقلية.

وان نستمرل هنا في أسباب التأخر الدراسي وهل مرجعها اساسا معدل ذكاء الطفل وقدراته العقلية، او ظروفه المنزلية وعدم صلاحيتها، او كون المناهج لم تراعى ميول التلاميذ وطبيعة نموهم وانها مملّة، الى غير ذلك مما يضعف ثقة الطفل في نفسه ويؤدي به في النهاية الى الشعور بالخجل نتيجة تخلفه في المستوى التحصيلي عن اقرانه في الفصل الدراسي، او ان اسباب تخلفه دراسيا ومن ثم خجله ترجع الى اسباب ونقائص جسمية منها، ضعف بصره او نقل سمعه، او مرض عضوي يؤثر على قدرته على النطق، او إصابته بالأنيميا او الديدان والأمراض الباطنية مما يجعله غير قادر على التركيز والاستمرار الى غير ذلك من الأسباب العضوية.

وقد يكون تأخر الطفل دراسيا ومن ثم خجله الشديد لانخفاض مستواه عن مستوى اقرانه، لو كونه مهملا في المنزل، او انه يعيش في اسرة يظللها الصراع والشقاق ، او تقوم بتكليفه طول الوقت بعد عودته من المدرسة بانجاز

اعمال منزلية او غير منزلية تمنعه من تكريس وقت كاف لواجباته المدرسية.

وقد يكون التأخر الدراسي مرجعه فعلا الى نقص في نكاه الطفل وقدراته العقلية، بحيث يتعذر عليه مسايرة اقرانه، والمحافظة على صحته النفسية يجب نقله الى مدرسة تعنى بتعليم ضعاف العقول من مستواه، او بتعليم منخفضي النكاه الذين نسميهم " من يتعلمون ببطء" لتصبح المنافسة بينه وبين اقرانه منافسة عادلة، لان الجميع يكونون من نفس المستوى العقلي، ذلك لان دراسة الطفل محدودة للنكاه مع افراد اكثر منه نضجا من الناحية العقلية، تعقد شخصيته وتهدمها وتؤدي بها الى التخلف، ان لم تؤد به الى المرض النفسي او العقلي بالاضافة الى الضعف العقلي او انخفاض مستوى النكاه الذي يعاني منه اصلا.

**كيف نقي الطفل شعور الخجل:**

يمكننا ان نقي اطفالنا من مشاعر الخجل والانطواء على الذات والحساسية المفرطة، اذ علينا بتوجيه الآباء والبالغين المحيطين بالاطفال سواء في الاسر او في المدارس الى الحرص على تشجيع النواحي عن التفكير في نواح قد يكون فيها ضعيفا، فكل طفل وكل انسان مهما كانت استعداداته محدودة يملك ناحية لو اكثر يمكن ابرازها والفخر بها.

كما يجب على الآباء والامهات والمدرسات والمدرسين عدم مقارنة الاطفال ممن هم اكثر حظا منهم سواء في الاستعداد الذهني او الجسدي او من حيث الوسامة والقدرات والاستعدادات الاجتماعية لان مثل هذه المقارنات تضعف ثقة الطفل بنفسه وتؤدي به الى الخجل.



بل يتحتم على الآباء والمربين ان يوفرُوا لابنائهم قدراً معقولاً من العطف والرعاية والمحبة مع عدم تقديمهم او تعريضهم للمهانة او الهوان خصوصاً امام اقرانهم او امام الغير، ذلك لان النقد الشديد او الاقراط في التوجيه يشعر الطفل بأنه غير مرغوب فيه ويقعده عن القيام بكثير من الاعمال التي لو قام بها لضاعفت من قدرته واكسبته ثقة في نفسه وشعوراً بالتقدير لذاته، وحمته من الوقوع فريسة لمشاعر الخجل.

ولا يقل دور المعلمين أهمية عن دور الآباء، فيجب ان يقوم المعلم ببث الثقة في نفوس التلاميذ ومعاملتهم بالمساواة دون تمييز، مع مساعدة المتخلف منهم وتشجيعه والنزول الى مستواه لتحقيق التحصيل المطلوب.

#### كيف نعالج الطفل الخجول؟

لكي نعالج الطفل الخجول يجب ان ندرك اولاً انه حساس حساسية مفرطة، وفي اعمس الحاجة لان نعيد إليه ثقته في نفسه وذلك عن طريق تصحيح فكرته عن نفسه، وعلى قبول بعض النقائص التي قد يعاني منها على أساس الواقع، وعلى اساس ان كلامنا له مواطن ضعفه، كما يجب ان ندرك ان الطفل الخجول في حاجة ماسة الى تنمية شخصيته، وتكوين قدراته للأخذ والعطاء مع الغير، ولكي نحقق ذلك يجب ان نتبع الخطوات التالية:

- أولاً:- يجب ان يشعر الطفل الخجول بحبك وقبولك له، ولذلك يجب ان نتعرف عليه جيداً ونفهمه فهماً عميقاً، سواء كنت أباً او معلماً او معالجاً نفسياً، كما يجب ان نتعرف على مصادر خجله وكيف نشأت وذلك عن طريق دراسة حالته من جميع نواحيها الصحية والاجتماعية وظروفه العائلية، وعلاقاته الاسرية، وفي ضوء هذه الدراسة يمكن التحقق من

أسباب خجل الطفل سواء كانت اسبابا واقعية او وهمية، وهل هي قابلة للعلاج، او انه يجب مساعدته على مواجهتها واقعا، كما يجب ان يكتشف في الطفل مواهبه او النواحي التي يمكنه ان يفخر بها للاعتماد عليها في بناء شخصيته واستعادة ثقته بنفسه.

لو كان سبب الخجل شعور الطفل بالنقص لاعتلال احد اعضاء جسمه فيجب بحث اماكن تدريب العضو المعطل، وذلك لان التدريب كثيرا ما يزيد من قدرة العضو المعطل وقوته لدرجة قد تفوق في بعض الاحيان قوة الاعضاء السوية او العادية للنمو، وهكذا تتحقق سعادته ويتخلص من شعوره بالنقص، فكم من طفل كان خجولا لا يعاني من عيوب النطق وكان يشعر بتعاسة ونقص شديد، وعندما عولج في عيادة نفسية وتمرن على النطق الصحيح، اصبح من الفصح الاطفال، وزال خجله.

• ثانيا :- يجب تهئية الجو الامن الودي عن طريق الألفة والطمأنينة مع الأشخاص الكبار الذين يعيش الطفل معهم سواء في الاسرة او في المدرسة، فكلما كان هناك جو من اللءف العاطفي في البيئـة وشعوره بالامن والطمأنينة... الفصح الطفل للخجول عما يساوره من شكوك او مخاوف او هواجس، او قلق، وتحدث عن مشاكله مع الكبار الذين حولـه ووجد حلا لها.

ان الطفل للخجول ان يفصح عما في نفسه الا اذا شعر الطفل بالطمأنينة الكاملة لاجد الكبار ممن حوله، وهذا الشعور لن يتحقق الا اذا شعر الطفل بالقبول والتقدير والتشجيع والصدقة، وفتت الجفوة والنقد والتأنيب في معاملته.

• ثالثاً :- عدم دفع الطفل للقيام بأعمال تفوق قدراته، إذ أنه ليس معنى تشجيع الطفل ومحاولة بث ثقته بنفسه أن ندفعه إلى القيام بأعمال تفوق طاقته الجسمية أو قدراته العقلية أو اللفظية، بل يجب أن نحسن الأعمال التي نشعر بأنه في مقدوره القيام بها، وندفعه إليها لنكسبه شعوراً بالاهمية والتقدير في نظر نفسه ونظر الآخرين حوله، ومن ثم ننمي فيه شعور الانتساب إلى البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها بدلاً من الانزواء والخجل والبعد عنها. أن تكليف الطفل ودفعه للقيام بأعمال تفوق قدراته بشعره بالعجز ويجعله يستكين ويزوي ويزداد خجلاً.

يجب أن يقلع الآباء عن حب ابنائهم في "قوالب" ترضيهم، فالابن التقليدي الغارق في احترام الأصول والقواعد، قد يكون خجولاً وفاشلاً في حياته العملية، كما يجب أن ندرك أن الطفل ليس قطعة من الطين أو الحجر في يد نحات أو مثال، أنه كائن حي يعيش آلاف التجارب ويمر بمختلف الظروف، فعملية إكراهه على انتهاج أسلوب معين في السلوك تجعله يفتل ويصيب الأب بالإرهاق النفسي ... ليس علينا إلا أن نحمي الطفل من هولاء ووساوس الخجل، أو نخلصه منها إذا كان مصاباً بها، وننمي قدراته تاركين له حرية الاختيار ونصرف في جو من الأمن والطمأنينة بحيث يختار الطفل طريقه.

• رابعاً :- يجب تدريب الطفل الخجول على الأخذ والعطاء وتكوين الصداقات مع أقرانه من الأطفال، وذلك بتشجيعه بكل الطرق على الاختلاط والاحتفاظ بالمداينات، وبمكنا أن ننجح في ذلك إذا عينا بالمظهر الخارجي للطفل من حيث ملابسه وأسلوبه في الأخذ والعطاء ومساعدته بآتاحة القمص

له للاختلاط مع أقرانه سواء مع الأقارب في الأسرة، أو مع الأطفـال من سنه في المدرسة أو النادي أو الجمعية الريفية أو المركز الاجتماعي. ولعله من المناسب أن نبين أنه كلما امكنا تنمية قدرات الطفل في اللعب أو في التقاء فن من الفنون كالرسم أو الموسيقى، أو لعبة خاصة، كلما ساعده ذلك على الاختلاط، وذلك لأن سيجد من اتقانه هذا دافعا يشجعه على الظهور، فخورا بين أقرانه. إن الإخذ والعطاء هو سبيل كسل منا إلى تكوين الشخصية وتنميتها بل إلى تكوين الذات والثقة في النفس.

• خامسا:- التربية الاستقلالية وعدم تدليل الطفل خير وسيلة للوقاية والعلاج من الخجل، فكلما كان الطفل مدللًا معتمدا على أبويه كان نضجه الانفعالي غير كامل، وكان عاجزا عن الاعتماد على الذات، أما الطفل الذي يتيح له فرص الحرية والتصرف في الأمور الصغيرة بأسلوب يجعله مطيعا لكل الأوامر ويصبه في قالب الطاعة، يخرج لنا طفلا سلبيا خجولا.

لذلك يجب في علاجنا للأطفال الخجولين أن نقلل على قدر الامكان من حماية الطفل والاستمرار في تدليله لكي نستعيد ثقته في نفسه عن طريق التربية الاستقلالية التي يجب أن نتبناها تدريجيا.

وفي ضوء هذه الأساليب لعلاج الخجل، يمكن تخفيف حدة الخجل شيئا فشيئا عند الطفل للخجول، ويمكن اكتشاف مزاياه ومواضع القوة في قدراته، وتنمية شخصيته في جو من الدفء العاطفي والأمن والطمأنينة والانتساب إلى الجماعات الصغرى من الأطفال سواء في المدرسة أو في النادي، حتى تتحول نظرة الطفل من أن الناس يتحرون حركاته وسكناته، إلى الانتماج معهم والشعور بأنه فرد منهم.

## (( الملغل العصابي فتش عن الأخطاء السلوكية ))

يجب بادئ ذي بدء ان نحاشى التصرع والعجلة في وصف طفل معين بالقلق والاضطراب النفسي. فمن الأيسر الحكم على الراشد بالاضطراب وعدم النضوج بسبب تصرفاته " الطفلية"، ولكن ما لا نقبله بين الراشدين من صفات "طفليه" غير ناضجة، هي عين ما نتوقعه بين الأطفال. لذلك وجب التريث والحذر الشديد عند التعامل مع مشكلات الطفل لأنها قد تكون شيئاً مقبولا ومناسبا لعمره وما يتطلبه في هذه المرحلة من تغيرات فكرية، وانفعالية، واجتماعية. ان التغيرات التي نلاحظها - على سبيل المثال - بين الأطفال وهم يشرفون على المراهقة بما فيها من التصرفات الانفعالية، والميل للجدل، والإكثار من الميل للوحدة والخصوصية في داخل المنزل، امر لا ينم عن شذوذ او اضطراب بمقدار ما يعبر عن نضوج مرحلي يتناسب مع نمو الذاتية وتبلور الميل للاستقلال في هذه المرحلة من العمر. ويجب ان نقبل - بنفس المنطق - ما يصدر عن أطفالنا في السن المبكرة من العمر وحتى السنة الخامسة من تصرفات تنسم بالحركة السريعة والتثنت وحتى بعض جوانب التكمير والتخريب على انها تطور طبيعي لإمكانيات الطفل وإصراره على اكتشاف البيئة وحب الاستطلاع، وليس علامة على العدوان والحركة المرضية، والمشاركة او القلق المرضي والعصاب.

فضلا عن هذا، فان غالبية مشكلات الطفل لا تنتج عن الاضطراب بمقدار ما تصدر عن عدم الخبرة، والسذاجة والجهل. ومن ثمة وجب ان لا ننسى عند تعاملنا مع الطفل ان تصرفاته التي نثير قلقنا عليه تصدر من كائن لم تتح له - كما نتج لمن هم اكبر سنا - فرص التعلم والممارسة والتفاعل

بجوانب متنوعة من الحياة الاجتماعية. ومنزى فيما بعد، ان أجزاء كبيرة من مناهج العلاج النفسي بين الأطفال يجب ان تركز على اعطاء المعلومات الدقيقة والمفصلة عن كيفية السلوك السليم وما تتطلبه العلاقات الناضجة من شروط خاصة نالئة، تتطلبها الحاسة الذكية عند التعامل مع سلوك الطفل، وهي انه لا يمكن الحكم على سلوك الطفل بمعزل عن سلوك المحيطين به. فمن المعروف ان الغالبية العظمى عند اضطرابات الاطفال تعتبر تعبيراً مباشراً عن اضطرابات البالغين انفسهم. ولهذا فمن المعروف ان المشكلات بين الاطفال تتزايد مع تزايد الصراع الاسري، والاهمال وقوم الطفل من ابوين مشغولين بمشكلاتهما الشخصية لدرجة تعوق قدرتهما على احسان التربية.

**هل معنى هذا انه لا يوجد طفل مضطرب؟**

بالطبع يوجد اطفال مرضى، فالاضطراب بين الاطفال من الحقائق التي يثبتها البحث العلمي، بل ان من المعروف الان ان الاضطرابات النفسية بين الاطفال تتزايد. وهناك دراسة حديثة، تثبت ان هناك ما يقرب من ٣٧% من الاطفال في المدارس النفسية للمنظمة للأطفال في البلاد العربية. والان وقبل الدخول في العوامل المرتبطة بالاضطراب النفسي بين الاطفال كيف يمكن ان نستدل على وجود طفل مضطرب انفعالياً او عصابياً؟

كثيرون كتبوا عن الاضطراب الانفعالي بين الاطفال، وكثيرة - لهذا - الخلافات بين هذه الآراء فيما يتعلق بتحديد الصفات للدالة على الاضطراب الانفعالي والعصاب بين الاطفال يمثل فئة رئيسية من اربع فئات اخرى من الاضطراب النفسي العام بين الاطفال. فهناك اولاً هذه الفئة من الاطفال التي يتجه الاضطراب لديها الى الانحرافات السلوكية الموجهة ضد الآخرين او

ممتلكاتهم وتأخذ شكل العدوان، وإيقاع الأذى بالآخرين أو بممتلكاتهم، والاندفاع وعدم التعاون، واثارة الغيظ. صحيح ان العدوانيين الاطفال قد يكون شيئا طبيعيا، بل ويجب ان نشجع عليه الطفل احيانا لكي نتيح له فرصة التعامل مع الضغوط الخارجية، الا انه يؤدي في احيان كثيرة الى الهرب من المسؤولية.

وهناك فئة ثانية من الاطفال المضطربين ممن يأخذ لديهم الاضطراب مظهر الاتحراف الاجتماعي كالكذب والادعاء والمرقة والولاء لجماعات جاتحة تشجعهم على الجريمة والامان وغيرها من الاتحرافات الاجتماعية والجنسية.

ويتبلور الاضطراب عند أشخاص الفئة الثالثة في شكل ما يسمى بالافتقار للمهارات التكيفية. وأشخاص هذه الفئة يتميزون بشكل عام بعدم النضوج والعجز عن اكتساب المهارات الاجتماعية والتكيفية المناسبة لاعمارهم. ولهذا ينتشر بينهم الشرود، وتنتشر بينهم احلام اليقظة، والسلبية والتقاعس، وعدم تحمل المسؤولية والعزوف عن النشاط الإيجابي.

وهناك اخيرا للطفل العصابي وهو الطفل المتقل بالهموم والقلق، وتبين الدراسات ان اشخاص هذه الفئة تنتشر بينهم المخاوف المرضية من اشياء خارجية كالظلام، او الحيوانات، او الوحدة، وتشيع بينهم أعراض اخرى كعدم الثقة بالنفس، والاحساس بالضلالة، والانسحاب والخجل الشديد. صداقاتهم قليلة، وحساسيتهم مفرطة وتسود بينهم ايضا علامات الاكتئاب والتعاسة وعدم الرضا عن النفس بشكل عام.

هذه هي فيما يبدو اهم الامراض الشائعة بين الاطفال، ويلاحظ ان تقسيمها لفئات لا يعني انها مستقلة تماما عن بعضها البعض الآخر، فهذه

الفئات تتداخل فيما بينها مما يجعل هذا التقسيم ضرورة نثيرها متطلبات التبسيط العلمي من أجل الدراسة، واستنباط العلاقات الشخصية واقتراحات العلاج.

ونظرا ان لكل فئة من هذه الفئات متطلباتها واحتياجاتها الخاصة من حيث الرعاية النفسية والعلاج النفسي، فان تركيزنا في هذا السياق سيكون على اشخاص الفئات الاربعة أي للطفل العصابي الذي تتسم حياته بالقلق، والتعاسة وعدم الثقة بالنفس.. الخ.

وعادة ما يتطور العصاب بين الاطفال - مثل البالغين - نتيجة لانتقاء عدد من العوامل من اهمها:-

- وجود حساسية مفرطة تجعل للطفل مستهدفا للخوف السريع الانفعال .  
 . للتهديد وغالبا ما تتم هذه الحساسية عن استعدادات وراثية.  
- التعرض لصدمات مبكرة او خبرات سيئة كالمريض، او الاعتداء الجسمي او الجنسي او وفاة احد الوالدين، ومن المعروف ان الانتقال لبيئة جديدة والبعد عن الاصقاء القدامى يشكل عاملا صدميا لا ينبغي تجاهله بين الاطفال.

- عوامل خاصة بالتعلم الاجتماعي أي أساليب التنشئة الوالديه للطفل، فمن المعروف ان العصاب الطفلي يرتبط بوجود والدين يكثران من النقد او الحماية المفرطة، ويقللان من اهمية امكانيات الطفل وانطلاقه.

- . وهناك ايضا الفضل الاسري في امداد الطفل بالرعاية اللازمة في الوقت الملائم. فمن المعروف ان الطفل الذي يتعرض للفضل المتكرر ولا يجد من يشد ازره او يعينه على مواجهة الإحباط، وتعلم خبرات جديدة تساعد على



النجاح عادة ما يتطور الى القلق والانسحاب والاكتئاب والهروب.

### أسر نصنع القلق وتنتج القلق:

ايا تكن مصادر السلوك العصابي بين الاطفال، فان هناك من الحقائق ما يؤكد ان الاستعدادات الوراثية والحساسية الشديدة التي يولد بها الطفل لا تتحول بالضرورة الى قلق وعصاب دون وجود عوامل مباشرة تفجر هذه الحساسية وتوجهها هذا الوجه السلبي. وبعبارة اخرى، ان الطفل لا يتحول للقلق كنتيجة مباشرة لما يرث، بل كنتيجة مباشرة لعلاقات اجتماعية تفقر للصحة والسلامة ويكون من شأنها ان توجه وتصوغ الوراثة في شكل عصابي. وما يسجله لنا العلماء بهذا الصدد يؤلف قائمة هامة لنقاط الضعف في العلاقة الاسرية بالطفل، قد يكون مفيدا تسجيلها هنا. وقد يكون من المفيد ايضا ان يتبحر الآباء فيها نقطة بنقطة للاطلاع على ما يمارسونه منها على نحو مقصود او غير مقصود ( راجع قائمة الاخطاء السلوكية في مكان اخر).

إن هذه القائمة توضح بلا شك بعض الأساليب العصابية التي تنتجها بعض الاسر في تعاملها مع الأطفال، فتجعل من الطفل مثقلا بالمشكلات ومحملا بالأعباء النفسية والاجتماعية في فترات مبكرة من العمر. والطفل في ظل هذه الأساليب من الطبيعي ان يتحول الى كائن خائف، لا يثق في إمكاناته، ويدفع نفسه للتحدي بأكثر ما تساعد به طاقاته، مكتئب، ضعيف، عرضة للمرض الجسمي والنفسي معا. وربما يكون من أسوأ ما يظهر على اطفال هذا النوع من الاسر هو الانتهاء الى عكس ما نتوقه لهم الامر تنتهج هذا المنهج من واقع افكار خاطئة عن تربية الطفل فتتصور ان اثر القلق والذفع الشديد للعمل والمنافسة سيؤدي الى النجاح والتفوق. ولكن ما يحدث نتيجة لهذا هو هروب

الطفل من جوانب التحدي خوفا من ان لا يكون عند حسن "الظن" او "خوفا من ان لا يبلغ الكمال المنشود من الاسرة" فيزداد هروبه وتجنبه للتحديات والمنافسة الصحية. من الناحية البدنية، ينمو الطفل القلق مصحوبا في حياته بكثير من الاعراض البدنية التي تبين انها تصف القلق وتشرحه كالداع، والتعب السريع، واضطرابات المعدة وافرط الحساسية، فضلا عن بعض الاضطرابات المرتبطة بالتنفس كالربو مثلا.

ويلاحظ احد العلماء ان للتربية الاسرية التي تتصف بالخصائص السابقة او بعضها تخلق ما يسمى " بطفل النمط أ" وهو طفل يتميز بخصائص مبكرة يبقى بعضها معه العمر كله من هذه الخصائص: الاهتمامات المحدودة والفقيرة، الملل السريع، والغفور الشديد من الآخرين خاصة الغرباء، الاضطراب الشديد عند المرور بتغييرات غير متوقعة، التحفظ وفقدان الصبر. وطفل النمط أ، طفل يعجب بالسلطة وبالنماذج التسلطية ولهذا فهو يعمل جيدا اذا كان الهدف هو ارضاء المحيطين به من الكبار او الاقوياء، ولكن يصبح فائر الحماس، متقاعسا عندما لا يخضع للرقابة، تزداد بينهم ميول للتعصب، وضيق الاقن. هذا النمط من الواضح انه يفتقر للسعادة، ويصعب عليه تقبل نفسه او تقبل العالم. انه كما وصفه احد علماء النفس طفل يصعب عليه ان يصبح في الحياة ويستمتع بها دون شعور دائم انه في سباق مستمر لا توجد فيه خطوط نهاية.

ويمكن النظر للبدائل السلوكية التي طرحناها ( انظر القائمة) على انها خطة وقائية لحماية الاطفال من القلق، ولكن ماذا لو ان الطفل قد أصيب بالفعل بالقلق الفعلي والعصاب؟

هنا يجب الحديث عما يسمى بالعلاج النفسي - وهو يجب ان يأخذ عدة

محاوّر يكمل بعضها البعض وتهدف فيا بينها الى مواجهة القلق باعراضه السلوكية، والانفعالية، والمعرفية مجتمعة في توضيح هذه الخطوط العلاجية العامة:

١- عندما يتخذ القلق عند الطفل مظهر الخوف المتطرف من بعض الحيوانات او الظلام او الضجيج، يجب أولا: القيام بكل الجهود الممكنة لإبعاده عن هذه الأشياء. لتجنب بالنسبة للأطفال تعريضهم المفاجئ لمصادر القلق، بما في ذلك البرامج التلفزيونية او القصص التي تعطيهم احساسا بان مخاوفهم حقيقة. ثانيا : يجب ان تبدأ خطة التعويد على مصادر الخطر والقلق تدريجيا مع استخدام كثير من التشجيع.

٢- بالنسبة للأطفال الذين يسهل انزعاجهم وتأثيرهم بالآخرين يجب إبعادهم عن البالغين او الاطفال الكبار الذين يميلون لتخويفهم وزيادة مصادر القلق لديهم. اما اذا كان اقارب الأطفال من امثال العمات او الخالات او الجيران من النوع الذي يملأ رأس الطفل بأفكار الخوف، والشياطين، فان من الأفضل ان تكون زيارات الطفل لهم في صحبة ابويه حتى لا يصبح اسيرا تماما لمخاوفهم الحمقاء.

٣- ويتطلب الطفل المليم ابوين قادرين على تكريب انفسهم على قمع مخاوفهما الشخصية وعدم اظهارها امام الطفل.. لان من شأن هذا ان يخلق بفعل القدوة والميل للتأثر بالوالدين طفلا انفعاليا هراغيا شديد القلق.

٤- وضع الطفل من خلال الاحاديث المنطقية والمناقشات العلمية ان مخاوفه الخارجية لا يمرر لها وشجعه على الحديث عنها. صحيح ان الحجج المنطقية لا تنفع عندما يكرن الطفل مشمولاً بقلقه ومخاوفه.. ولكنها تساعد في المدى الطويل على رسم خطوط العلاج.

٥- لا نلم الطفل على مخاوفه ولا تسخر منها .. شجعه بدلا من ذلك على تنمية ثقته وقدراته على التعامل مع البيئة حتى يكتسب الثقة والكفاءة في حل مشكلاته.

٦- الاحساس بالفكاهة وخلق روح مرحة ضاحكة يساعد الطفل على مغالبة مخاوفه ولجأه مع الطفل مصادر خوفه وبيّن له ضاحكا هذا هو ما كان يخيفنا.

لكن الفكاهة يجب ان تكون من النوع الجيد الذي يشجع الطفل على التخفيف من الهموم، وليست من النوع الساخر المتهمك عليه.

٧- من الممكن احيانا (وليس دائما) لم تخلق نوعا من القرب والمتعة بين الطفل وبين مصادر خوفه.. مثلا : اذا كان يخشى القطط او بعض الحيوانات .. قربه تدريجيا منها مع التشجيع والعناق الى ان يتمكن من تكوين علاقة جديدة وهادئة بمصادر الخوف.

٨- استبدال المشاعر الانفعالية السلبية التي تثيرها بعض الأشياء بمشاعر انفعالية ايجابية. اذا كان الظلام يثير الخوف ( انفعال سلبي) اجعله مصدرا للاطمئنان والهدوء.. خذ الطفل مثلا في حجرة وانت تحمله او تعانقه او تحادثه ولطفى الاضواء واشطها بشكل مرح.. طول تدريجيا فترات الاطفاء حتى يتمكن الطفل خلال اسبوع من ان

يبقى معك في حجرة مظلمة دون خوف. شجع الطفل على أن يمارس هذه اللعبة بمفرده.. حتى يتمكن بعد فترة من أن يجلس في حجرة مظلمة يبدلك الأحاديث وانت في حجرة أخرى - وهكذا حتى يتمكن الطفل في النهاية من البقاء في الظلام بمفرده. طبق نفس هذه الفكرة مع الموضوعات الأخرى المثيرة للقلق للطفل كالحوانات.. استخدم صور هذه الموضوعات أحيانا، أو نماذج كاريكاتيرية لها إذا كان الخوف شاملا لدرجة تعوق الطفل عن تقبله.. من المهم أن تستبدل المخاوف باستجابات الاطمئنان.

٩- من المهم كبالغ أن تسلح نفسك بالهدوء عند تعاملك مع مخاوف الطفل فليست كل مخاوف الطفل غير حقيقية ويجب أن تسلح أطفالنا على مواجهتها. علمه مثلا كيف يهرب في مواقف الخطر، وكيف يستعين بالشرطة إذا دعت الضرورة، كيف يستغيث بالناس، علمهم كيف يستغيثوا وكيف يستخدموا قدراتهم في تقدير مواقف الخطر. أحيانا ما تكون مخاوف الطفل مبررة وعلامة على ذكائه ووعيه وتقديره للخطر وحماية النفس. لا ننسى أن الخوف والقلق انفعالات لهما جوانبهما الإيجابية من حيث حماية الكائن من خطر متوقع.

١٠- استخدم نفسك كقدوة جيدة. لا تنسى أن كثيرا من المخاوف نكتسب بفعل قوانين القدوة والمحاكاة. ونوضح بعض نظريات العلاج الأسري الحديثة أن هناك دائما ارتباط قوي بين مخاوف الآباء

ومخاوف الأبناء، ولهذا فيجب ان تواجه مخاوفك الشخصية وان تتغلب عليها.

عندما يتحول القلق إلى اضطراب دائم :

للجوء للعلاج النفسي اذا فشلت كل الوسائل او اذا كان واضحا ان الاضطراب قد تطور الى مرحلة سيئة امر ضروري، وتعتمد وسائل العلاج السلوكي - وهي من احدث النماذج في الوقت للحاضر على وضع خطة تساعد الطفل على مواجهة القلق ومصادره واعداد الطفل وتسلحه انفعاليا على الصمود وغالبا ما يلجأ للمعالجون السلوكيون الى استخدام عدد من المبادئ والأساليب الرئيسية التي ثبتت فاعليتها منه مثلا:-

١- محاولة " ماري كوفر جون " Jones - منذ ما يزيد عن خمسين سنة - لازالة المخاوف لمرضية الشديدة عند طفل اسمه بيتر، وذلك بتعريضه تدريجيا للموضوعات التي تثير خوفه في الوقت الذي يلتهم فيه الطفل طعاما محببا. لقد امكن ببساطة ازالة القلق بتشجيع ظهور استجابة تتعارض معه كتقديم طعام محبب، او عناق الطفل مع بث الطمأنينة عند التعرض للموضوعات التي تثير القلق.

ويطلق العلماء والمعالجون الآن على هذا الأسلوب اسم العلاج بطريق الكف المتبادل او الكف بالنقيض الذي تدور فكرته الرئيسية حول استثارة استجابة معارضة للقلق عند ظهور الموضوعات المثيرة له الى ان يبدأ القلق في التناقص ثم الاختفاء التدريجي.

ولعل السؤال الذي يفرض نفسه هنا هو : ما هي هذه الاستجابات

المعارضة للقلق، والتي اذا امكن لحداتها عند وجود الموضوعات المخيفة يمكن إيقاف القلق وكفّه؟ الحقيقة انه لا يوجد اتفاق محدد على عدد هذه الاستجابات او نوعها، ولكننا نذكر على سبيل المثال : للطعام والحلوى، للتشجيع اللفظي، عناق الطفل وبث الطمأنينة في نفسه، تغيير انتباهه، مناقشته منطقيا في مخاوفه، تعريضه تدريجيا للمواقف التي يخشها. وبعبارة اخرى، فان أي سلوك نستخدمه مع الطفل ويكون من شأنه ان يقلل من قلقه يمكن ان يستخدم او يوصف بأنه سلوك معارض ومقل للقلق.

وينصح المعالجون باستخدام التخيل خاصة ان كان مصدر القلق عنيفا وحادا ولا يصلح معه التعرض المباشر التدريجي له. ويتم ذلك بان تحدد الجوانب الرئيسية والمواقف التي تثير قلق الطفل ومخاوفه. حدد من بين هذه المواقف اكثرها واشدها اثارة لمخاوفه. ضع هذا الموقف المثير للقلق في قائمة متدرجة، يقسم هذا الموقف الى مواقف اصغر متدرجه بحيث نضع اقلها اثارة للخوف في اعلى القائمة بينما نوضح المنبهات الشديدة في اسفل القائمة. اذا كان خوف الطفل نابعا من الكلاب مثلا فقد يكون سماع نباح الكلاب عن بعد بعيد اقل اثارة للخوف من مشاهدة كلب تصانف انه يسير او يجري في الوقت الذي يلعب فيه للطفل. ولهذا فاننا نعتبر الموقف الاول اقل من الموقف الثاني من حيث اثارة الخوف.

شجع الطفل بعد ذلك وهو في حالة من الهدوء والاسترخاء ان يتصور نفسه في اقل المواقف اثارة لقلقه. شجعه على ان يجعل تخيله حيا كأنه حقيقة. اطلب منه ان يشعر بنفس علامات القلق التي تشعر بها اذا كان الامر حقيقة.

اجعله ينتبه الى دقات قلبه ومشاعره حتى ينتهي الى ان يتخيل الموقف دون قلق.. انتقل لموقف لشد واشد الى ان تصل الى اعلاها ارتباطا بالقلق.

شجع الطفل خلال ذلك على الانتباه لاجساماته الداخلية وان يعيش ذهنيا في الموقف المتخيل، وان يراه كما لو كان يحياه بالفعل. وعادة ما ينجح التخيل بهذه الطريقة في العلاج. الا ان هناك بعض الملاحظات التي بينت ان التعرض لمواقف واقعية افضل من التعرض له بطريقة التخيل والتصور. ولهذا فان الضرورة تتطلب احيانا تعريض الطفل لمواقف واقعية بعد الانتهاء من عملية التخيل بالرغم احيانا من بعض الصعوبات العملية التي قد تظهر نتيجة للخروج بالطفل من داخل العيادة او المنزل الى الواقع الحي بتنوعاته المختلفة التي قد يكون قد تم الاعداد لها اعدادا جيدا، وتدل بحوث عديدة الى ان اسلوب التعرض التدريجي لمواقف القلق سواء بطريقة التخيل او طريقة التعرض الفعلي لها في مواقف حية تؤدي الى تغييرات ايجابية لكيدة خاصة اذا كان القلق معروف المصدر، وعندما يظهر القلق في شكل مخاوف مرضية شديدة (فوبيا) ولهذا هناك مئات البحوث والتقارير التي تدل على نجاحه فسي التخلص من حالات الخوف الشديد من الحيوانات والظلام والخوف من العفر، والمسيرات المتحركة، كذلك الخوف من المدارس، وزيارة الاطباء، والتعامل مع المدرسين والغرباء.

لما في الحالات التي يكون فيها القلق عاما غير محدد بجانب بعينه متشكلا في مشاعر نفسية بالنقص والعجز عن التعبير عن النفس، والاحساس بعدم الكفاءة، فاننا نبذل من ناحيتنا جهدا كبيرا مع الطفل لتدريب قدرته على تأكيد ثقته بنفسه. لقد علمتنا خبرة التعامل مع هذا النوع من الأطفال ان نسبة



كبيرة منهم تخضع نتيجة لأساليب تربوية خاطئة - لظروف حادة يضطرون خلالها لقمع تعبيراتهم الانفعالي، ومشاعرهم نحو الأشخاص أو المواقف التي يواجهونها، فيتحول الطفل تدريجيا إلى شخصية مكفوفة ومنسحبة ومقيدة، وحييسا الانفعالات وعادات لا تترك الا نطاقا ضيقا لنمو صحته النفسية ومعادته الخاصة.

ولهذا فاننا نشجع الطفل، (ونشجع الآباء على أن يشجعوا الطفل) على ضرورة أن يعبر عن مشاعره بصدق وأمانة. وتشمل حرية للتعبير عن المشاعر والإقصاد عن كل المشاعر الإيجابية (الحب) والسلبية (كالغضب) بما يلائم الموقف. إن إفراط الحياة الحديثة في ضرورة أن يقمع الطفل بشدة كثيرا من المشاعر والأشياء التي يحبها " لانها لا تليق، أو لانها لا وقت لها ..الخ" تؤدي إلى زيادة النزعات العصبية التي تصعب إزالتها بمرور الزمن. ويجب هنا القيام بتمارين محددة تهدف إلى إعادة ثقة الطفل بنفسه وبإحكامه وبذاتيته. ومن ثم تبدأ مشاعر القلق تتضائل معها مشاعر الاكتئاب. وتزداد فرص للطفل على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة. وقد طور المعالجون النفسيون عددا من الأساليب التي تبين أنها تؤدي عمدا إلى تنمية قدرة الطفل على تأكيد ذاته وثقته بنفسه منها : تشجيع الطفل على التعبير المتعدد عن انفعالاته ومشاعره بكلمات صريحة ومنطوقة، فالطفل الذي تتاح له الفرصة أمام معالجة أو والديه أن يعبر عن مشاعر متعارضة وأن يغير من انفعالاته بتغيير الموقف، وأن يشجع على الانتقال من التعبير عن الإعجاب إلى الغضب، ومن الحب إلى السخط ، ومن الفرح إلى الحزن يكون قادرا على تأكيد انفعالاته مستقبلا والتكيف السريع للمواقف بما تتطلبه من مشاعر مختلفة وسيكون أقل قلقا من

طفل اعتاد على ان يواجه مواقف الحياة على تنوعها بشعور واحد هو الخوف والقلق.

ويتم تدريب القدرة على تأكيد الذات من خلال الاقتداء بنماذج تتسم بهذه الخاصية. لقد اثبت الدكتور " باندورا" من جامعة ستانفورد ان كثيرا من المشكلات والاضطرابات الانفعالية كالمعوان والقلق والخوف تكتسب بفعل تأثير الاخرين.. فالوالدان الخائفان للذان تمزق حياتهما مشاعر الاحباط والفشل يرسمان امام الطفل نماذج مريضة من السلوك يكتسبها تدريجيا فيتحول الطفل نفسه الى كائن محبط تعوزه الثقة بالنفس.

ولكن العلاج النفسي الذي يهدف الى زيادة القدرات التوكيدية وتدريب الطفل على الحرية في التعبير والمشاعر يستخدم هذا الاسلوب لتنمية أشياء ايجابية. فالقدرة سلاح ذو حدين يمكن استخدامه استخدما سيئا كما يمكن استخدامه استخدامات علاجية هدفها رسم طريق الصحة النفسية وتأكيد النفس. ولهذا نجد المعالجين النفسيين يشجعون الآباء على قمع مخاوفهم امام الطفل، وان يدربوهم انفسهم لكي ينمي هؤلاء الآباء قدراتهم الشخصية على الثقة بالنفس حتى يتمكنوا من الظهور امام الطفل بالمظهر الملائم للشخص الواثق من نفسه، من حيث الصوت الواضح للنبرات، وللمجازفات المحسوبة، ومواجهة الاحباطات بجلاء من الهروب منها، والتفكير في حل المشكلات بدلا من الانفعال. ومن المعتقد ان من اسباب زيادة مظاهر الخضوع وعدم الثقة بالنفس بين الفتيات اكثر من للذكور انما يرجع الى احتوائهن بامهات هن اساسا أميل لحزم الثقة بالنفس، والهروب من تأكيد الذات. فزيادة الضغوط الاجتماعية على المرأة تدفعها لان تقلل من مظاهر القوة وتأكيد النفس في سلوكها عند

تعاملها مع الذكور. ولهذا فإن تدريبات تأكيد الذات تكون أكثر ما تكون طلباً بين الإناث اللاتي يفترقون للثقة بالنفس.

ويساعد لعب الأدوار role playing على تشجيع المهارات الاجتماعية للطفل وعلى زيادة قدراته وثقته. فالطفل الذي يطلب منه المعالج ويشجع فيه القيام بأدوار مختلفة عند التعامل مع مواقف مختلفة يكون أكثر قدرة وثقة بالنفس واقتدر على مقاومة قلقه عند التعامل الفعلي مع هذه المواقف. ويحتاج ذلك إلى أن يكون المعالج نفسه (أو الوالدين) أنفسهم من النوع المتقبل والدافئ للشخصية، وأن يكونوا من المدربين شخصياً على إبراز الاستجابات الدالة على الثقة بالنفس. وتزداد قدرة الطفل على تبني هذه الأساليب الناضجة عندما نطلب من الطفل تخليها وإعادةها أمام المعالج عدداً من المرات. اطلب من الطفل مثلاً أن يحدق بصره بك، وأن يتحدث بنبرات هادئة (ليست منخفضة وليست عالية) وأن يبتسم وهو يتخيل أنه يرحب بأحد زملائه أو يطلب منه خدمة معينة، أو اطلب منه على عكس أن يتخيل أنه يطلب من أحد زملائه أن يتوقف عن مضايقته من خلال الاحتكاك البصري المباشر والنسبة الهادئة القاطعة ودون أن يبتسم.. إن الإكثار من لعب الأدوار بصورة وثقة وفي مواقف مختلفة تمتد الطفل برصيد هائل من المعلومات النفسية الملائمة عندما يواجه المواقف التي يتطلب حلها قدرة على الثقة بالنفس وتأكيد الذات. ومثل هذا الطفل سيكون من الصعب عليه أن يلجأ إلى الهروب وتعاثي المواقف التي تثير خوفه ومن ثم سيكون أكثر قدرة على مقاومة القلق وإن ينطلق بإمكانياته إلى أفاق أكثر نضوجاً مما كانت عليه من قبل.

## قائمة بالأخطاء السلوكية

الرقم	أساليب صائغة للقلق	البديل
١-	مقارنة الطفل دائماً بالآخرين، خاصة اخوته وزملائه.	- ركز على ما يملك الطفل من امكانيات وبقدرته الشخصية على تنمية نفسه ومواهبه.
٢-	تذكير الطفل الدائم باخطائه ونقاط ضعفه، وجوانب النقص فيه.	- ركز على ما انجز الطفل، وعلى ما احرز من تغير، وشجعه على الاستمرار في انجازاته.
٣-	استخدام مشاعر الذنب عند عقابه.. "انك تجرح مشاعرنا"، "انك لاني". "ان الله سيعاقبك على افعالك".	- اعرف ما الذي ادى الى المشكلة وركز على ايجاد الحل الدائم " انك ان تفعل ذلك لتجرح مشاعرنا ولكنك تريد ان تحصل على اهتمامنا"، "ليس من عادتك الانانية".
٤-	التحقير منه ومن امكانياته ومن قدرته على حل مشكلاته. "هذا رأي طفلي"، "لا نتدخل في مناقشة الكبار.."	- اعطه بعض الوقت لسماع رأيه، وناقشه دائماً بموضوعية واحترام.
٥-	تضييق فرص الطفل في	- لا تركز على التبعة، شجع على

	النمو المستقل " وحياتك من غيرنا صعبة"، "لولانا لما وصلتكم لذلك"، "مرفقتكم الحياة عنا ونميتونا".	الاستقلال واتخاذ بعض المجازفات. احترام علاقاتهم الاجتماعية باصدقائهم ولا تشعرهم بالذنب منك.
٦-	ان ترسل امامهم بتصرفاتك وسلوكك عند مواجهة الازمات نمونجا لشخصية عصبية قلقة مثلا: استخدم الحبوب المهدئة، الشكاوي العضوية الدائمة، التعبير بحزن لما لم تحققه في حياتك.	- عند مواجهة الازمات استخدم اسلوبا سليما قائما على مواجهة المشكلة والتفكير في حلولها والعمل بنشاط لمواجهة اسباب القلق للتخلص منها.. وبذلك ترسم امامهم نمونجا صحيحا مختلفا.
٧-	التدخل المستمر وعدم احترام خصوصية الطفل من خلال مراقبة كل كبيرة وصغيرة يقوم بها.	- راقب عن بعد ما يحدث للطفل.. تدخل عند الضرورة.. لا تجعل الطفل خائفا حتى وهو بمفرده من انك ستقتحم عليه خلوته.
٨-	التركيز على الكمال المطلق، على انه " يجب ان يكون انكى من الجميع، و " اشطر" لو " اقوى" لو " انبه" من الكل.	- ركز على ضرورة ان يكون مقتنعا في دخله بامكانياته وعلى مقدار ما يحصل عليه الطفل من رضا او اشباع بالنشاطات التي يقوم بها.

٩-	التركيز القصدي المتعمد على القلق واثارة الانشغال "هل تعرف كم تبقى على الامتحان".	- لا تركيز على اثارة القلق، ركز على اثارة الدافع للعمل وعلى الانجاز وعلى النشاط.
١٠-	الشكوى الدائمة من الحياة لمام الطفل والتمنر.	- تعويد النفس على البحث النشط عن الحلول الايجابية للمشكلات.
١١-	القبول بالاعذار، خاصة ونحن نعلم انها مجرد حجج يختلقها الطفل ليهرب من المسؤولية.	- شجع على المواجهة، وساعد الطفل على ان يحل المشكلة بدلا من ان يهرب منها.
١٢-	الاكثار من الحديث عن المستقبل "ذاكر حتى تبقى دكتوراً كبيراً او مهندساً، او غنياً.. الخ".	- ركز على المتعة التي يجنيها الطفل من الشيء ذاته وعلى الاهداف القريبة مثل الشعور بالراحة، والاستمتاع والاحترام الذي يخلقه النجاح.
١٣-	الدفع المستمر للمنافسة، وللتعامل مع الآخرين على انهم مجرد نماذج يمكن اتباعها او هزيمتها.	- ركز على العلاقات الايجابية الدافئة على انها الهدف، ركز على المشاركة وشجع الطفل على العمل مع الآخرين.
١٤-	الحث للدائم على العجلة، والعسرة والدقة والضغط	- أعط للطفل فرصة لإنهاء العمل، وساعده على ان يخطط جدول له ووقته

	المستمر في هذا الاتجاه.	جيذا.. الاستعجال للدائم يربك ويثير القلق.
١٥-	إثارة أهداف غير واقعية : "ستكون دائما الاول"، "سيكون أشهر وأحسن طبيب".	- إثارة أهداف واقعية قصيرة المدى " اعتقد أنك لو خصصت ١٥ دقيقة يوميا لمذاكرة الحساب، سيرتفع تقديرك عما هو عليه". غير للهدف عند الضرورة.
١٦-	التخويف المستمر من العالم ومن الخارج: " لا تتحدث مع الكبار"، " لا تلعب لائق ستعدي بالمرض"، " لا تنزل المياه لائق لا تعرف المساحة".	- التشجيع على المجازفات المحسوبة.. علمه المساحة بدلا من تخويفه من الماء، اجعله يحيط نفسه بالملابس الملائم في الأوقات الباردة الخ.
١٧-	إظهار الضجر عندما يتصرف الطفل بما يناسب عمره والاصرار على أن يكون الوضع لو أكبر من سنه.	- زود نفسك ببعض الثقافة الملائمة بما يناسب العمر، واجعل الطفل يسعد بالتصرفات الملائمة لسنه، أو حجمه مع أطفال من نفس العمر.
١٨-	العقاب المستمر عند الخطأ.	- إذا كان لا يد من العقاب، وضح السبب فيه، وبين أيضا الطريقة الصحيحة للتصرف أو الفعل في المستقبل.

١٩-	العزوف عن الحوار والمناقشة في أمور حياتهم واهتماماتهم، ومخاوفهم، والتركيز على النقد، والقفز لاعطاء النصائح الشكلية.	- خصص دائما بعض الوقت لمناقشتهم في مخاوفهم دون سخريه منها. اجعلهم يصلون للحلول بانفسهم حتى ولو كنت تعرفها، شجعهم على التعبير عن الرأي والمشاعر امامك.
٢٠-	التردد في اتخاذ القرارات لو للتأجيل الدائم والحاحاتهم.	- لا تخش من اتخاذ القرارات وتجنب التأجيل الدائم، ارفض بوضوح وهذوء المتطلبات غير الواقعية، ونفذ ما تعد به اذا كان ممكنا.



## (( المشاركة هي ما يحتاج اليه الطفل ))

### لكي ينجو من القتل المدمر ((

وحصولا إلى نهايات القرن العشرين ... فقد الإنسان المعاصر كل صلات الحب ... ولمسات التعاون والمشاركة مع الآخرين ... وذلك في محاولة منه للسيطرة على ذاته وتحصنها ضد وباء سرعة التقدم العلمي الرهيب .. الامر الذي ادى إلى حالة سجن انفرادي في زنزانة لا "أنا" .

وإذا كانت الطموحات البشرية المعاصرة تبتلع كل معاني التعاون والمشاركة .. والا يثار فانه يبقى امام أجيالنا من الاطفال فرصة - ولو نادرة - من اجل العودة إلى نظراتهم التعاونية. من خلال الدراسات النفسية والاجتماعية التي تقوم بها مؤسسات خاصة في أنحاء العالم من اجل ان تنمي في الطفل الجديد - رجل المستقبل - كبر طاقة من العودة إلى حضن الناس مسلاذا من الحرمان الذي تتصف به حياة المعاصرين الكبار .

وفي دراسة حديثة أعدها - ليو - ف - باسيوليا - أستاذ للتعليم الخاص بجامعة كاليفورنيا ولوس انجلوس - ويقول : "انه من المستحيل التقرب إلى الناس .. ولو لم يكن بينك وبينهم حد اثنى من الحب .. تستخدمه مثل كوبري تعبر من خلاله اليهم .

ان لحدأ لا ينكر قابلية الإنسان على فهم قواه المتعددة للعتاء .. ولكن هذه الاستجابة في حاجة إلى من يوقظها بوعي .. ويقدّر توسيع دائرة تربية الاطفال على فهم انفسهم ومن حولهم من اجل اعطائهم للمعاني الحقيقية لكلمة (تعاون) وكلمة ( مشاركة) وكلمة (أخذ) وكلمة (أعطي) ..

ويقترعون عليهم عمليا مع معاني هذه الكلمات التي لا تموت.. فأننا نخلق ابطلا حقيقيين.. قد نجوا من لخطار البطولة المدمرة.. التي تقف عقبة في طريق حصول الآخرين على حقوقهم وطموحاتهم.. وعندما نشبع القابلية العظمى للحب والمودة في اعماق اطفالنا .. فإنها لا يمكن ان تتحول إلى حقد ذاتي مدمر.

### المشاركة هي :-

لقد حاول اثنان من المتخصصين في تعليم الاطفال .. هما ستيف هو فمان .. الاستاذ بجامعة ميسوري - كاليفورنيا - وبيكي واندرام الامتدادة بمركز تنمية الطفل بنفس الجامعة.. حاولا تحديد مفهوم المشاركة مرتين .. مرة من خلال الاطفال ومرة من خلال الاباء او الكبار بوجه عام.

هل يفهم الاطفال قيمة المشاركة عندما يسمحون الاطفال لاطفال آخرين بمشاركتهم بعضهم عندما يقسمون عن طيب خاطر وسماحة نفس وجبتهم المفضلة مع اطفال آخرين..؟

لقد حاول الباحثان اكتشاف قيمة المشاركة في حياة الاطفال في مراحل الطفولة المبكرة.. وكان سبيلهما إلى معرفة الاجابة .. وذلك السؤال الذي وجه إلى اطفال تزيد اعمارهم عن ثلاثة اعوام .. في احدى دور الحضانة الموجودة بمدينة ميسوري.

### ما معنى كلمة مشاركة ..؟

- المشاركة هي عندما لركب قطارا كبيرا .. واخذ لعبة .. ادع صديقي "براين" يأخذ لعبة هو الاخر.

- المشاركة هي .. أنني أدع " أريك" يلعب بلعبتي .. وعندئذ يصبح أريك أفضل صديق لي.
- عندما يأتي إلينا "ثانان" .. تقول لي مامي .. لابد من أن تشاركه لعبك وعندما اذهب إلى منزل "ثانان" لا يسمح لي بمشاركته لعبه.
- في منزلي لا أشارك احدا من الأطفال الآخرين اللعب بعرائسي.
- حسنا.. أحيانا أشارك بعض الأطفال .. ولكنني أميل إلى أن أشارك نفسي.

### النموذج والقذوة :

ولحق ان البحث الذي أعده الباحثان.. يلفت النظر إلى أهمية النموذج والقذوة في تعليم الأطفال أهمية المشاركة.. فلا يكفي ان يلقي الآباء والمدرسون قيمة المشاركة عادة للأطفال..أو يطلبون منهم مشاركة طفل آخر.. ولكن القذوة في السلوك تحت اثرا فعالا من خلال الملاحظة الشخصية..واكثر من تنبيه الطفل إلى استجابات بعينها لانها - اي القذوة - تمد الطفل بمعلومات حول النموذج والسلوك الامثل حتى ينقذه الطفل في موقف خاص به.

ومن المدهش حقا .. ان نلاحظ ان القذوة ليست فقط تلك التي تحدد بسلوك الكبار المحيطين بالاطفال .. ولكنها ايضا يمكن ان يستقبلها الطفل من سلوك زملائه من الاطفال إن كل الدراسات التي أعدت لمعرفة للتأثير الاجتماعي للتلفزيون على سلوك الطفل تؤكد على دور القذوة التي يلتقي بها الاطفال من خلال القصص الانسانية في برامج الاسرة والطفل.. وتأثيرها الإيجابي على تثبيت قيمة المشاركة في نفوس الاطفال الذين يتابعون هذه القصص.

أثبتت الدراسات التي أجريت في هذا الصدد .. ان الأطفال الصغار في سن ما قبل المدرسة .. لكثير استجابة لقيم المشاركة والتعاون. لانهم يعلمون جيدا انهم بهذه المشاركة.. يستطيعون الحصول على العطف والحب من الكبار.. الامر الذي يؤدي إلى تقوية الروابط الاجتماعية بين افراد الأسرة. ان الكبار الذين يقدمون الصداقة ويعرضون المساعدة على الآخرين لمنحهم المزيد من الحماية والعطف .. وفي الجانب الآخر .. يعبرون عن تقصيرهم في قدرات الطفل ومقدرته على العطاء .. ويستجيبون لمحاولات الصغار لجذب الانتباه .. انهم جميعا وبدون استثناء يوجهون سلوك الطفل إلى المشاركة الاجتماعية السليمة.

#### اللعب والمشاركة :

ان استراتيجية التعليم في العالم الحديث .. تؤكد على دور اللعب كعامل مساعد على تنمية سلوكيات المشاركة في نفس الطفل .. وعندما يطلب من الأطفال أدوار مختلفة ومن خلالها يجربون مشاعر الآخرين وأحاسيسهم فان استعدادهم للمشاركة سوف يزداد بالتدرج.

ودور اللعب هنا هو انه يمننا بفرصة ذهبية لمعرفة ردود الأفعال المختلفة للطفل في مواقف معروفة مسبقا .. هل يدرك ويحس شعور الآخرين.. لو ما هي احتمالات تقوية شعوره بالمشاركة المطلوبة في موقف معروف وواضح. ان دور اللعب بهذا المفهوم قد يكون خارج مفهوم الطفل في السن ما قبل المدرسة ولكنه ليس كذلك بالنسبة للكبار.

ان الطفل في سن ما قبل المدرسة يحتاج دائما إلى تنمية ادراكه تمكنه من تكوين رأي خاص في المواقف المختلفة .. انه في حاجة دائمة أيضا إلى ان

يدرك ان الآخرين لا يرون الاشياء والمواقف المختلفة كما يراها هو (سوزي لا تعرف انني لا اريد هذه اللعبة ايضا) وهذا يقودنا إلى الاعتراف بالحقيقة التي تقول اننا لابد وان نغير مواقف المشاركة كقيمة هامة و سلوك ايجابي في الحياة اهتماما خاصا .. كما ننمي شعور الاطفال بحيث يكون على افضل حال اثناء نموهم الانفعالي والعاطفي .. وتمكنه من تكوين مفهوم للتعاون والمشاركة كسلوك دائم في الحياة.

ولكن كيف يفهم الاطفال كلمة "مشاركة" ؟ وماذا يقول الآباء للأطفال حول للمشاركة وكيف يشاركون؟

في برنامج عملي طبق على أطفال دار الحضانة .. سأل الباحثان آباء الاطفال الذين تبلغ أعمارهم ثلاثة أعوام هذا السؤال:- كيف تعلمون أولادكم المشاركة ؟.

حكاية شيمسب :

قالت ولادة شيمسب :- ان للمشاركة هي التعاون .. وانها تعلم أولادها للمشاركة بالطريقة الآتية :-

اطلب من شيمسب وشقيقته ان يجدا طريقة لكي يلعبا سويا .. واذا لم ينجما في الاشتراك في اللعب بها بدون صراخ او شكوى .. فسوف احمل اللعب بعيدا عنهما ولن اسمح لهما باللعب بها مرة اخرى.

ودخل " شيمسب" للتجربة العملية التي بدأت في اللحظة التي دخل فيها حجرة خاصة واسعة وبها لعب كثيرة .. وعلى المنضدة كان هناك سندويش من الزبدة وبعض المربي .. ثم زجاجة من العصير ويجانبها كوب للوجبة

تكفي الطفل واحد وقيل له انها تخصه ثم غادرت الباحثة الغرفة تاركة شيسب في تفقد والحجرة والاستمتاع بما فيها .. حتى ارسلت الباحثة طفلة اخرى لتشارك "شيسب" طعامه ولعبه .. وفي البداية تجاهل الطفل طلب صديقه الطفلة الاخرى بأن يعطيها قطعة من السندويش .. ولكن الطفلة الصديقة أصرت على ان تترك الحجرة قائلة :

عندما أعود .. سوف تعطيني بعضا مما معك اليس كذلك ؟ لم يرد شيسب ثم ذهبت الطفلة إلى خارج الحجرة وعندما اطمأن " شيسب " أسرع بحشر السندويش كله داخل فمه .. ثم أمسك بالعصير واعطاه لصديقه عندما عادت.

ان شيسب وجد طريقة للتعاون مع صديقه حسب مفهومه الصغير تماما كما كانت امه تقول له : لقد خلق السعادة في قلب صديقه باعطائها العصير .. وفي نفس الوقت لم يظلم نفسه لانه خصها بما هو احب اليه وهو سندويش الزبدة والمربي.

#### حكاية تابيتا :-

والدة تابيتا قالت " ان المشاركة في اللعب معناها اللعب بالتناوب وركزت على اهمية تعليم للمشاركة للطفل كما ظهرت مشاجرات الاطفال أثناء اللعب .. وقالت مثلا لذلك عندما أرى تابيتا تأخذ لعبة من صديقه لها .. اقول لها ان هذا خطأ .. ولا بد ان تلعب بها هي اولا.. عندئذ تعود تابيتا لاعطاء الصديقة ما اخذته منها".

ودخلت الطفلة تابيتا الحجرة للتجربة .. على المنضدة السندويش والعصير .. ثم دخل إلى الحجرة صديق لتابيتا في مثل عمرها "3 سنوات" وطلب منها جزء من الطعام .. ردت الطفلة تابيتا بسرعة .. "بيكسي - تقصد

الباحثة - أعطيتي إياه..اذن هو ملكي- جلس الطفل الآخر يفكر فيما يفعله مع تابيتا - وذهب إليها .. حاول ان يصرف نظرها عن السندويش والعصير .. وطلب من تابيتا ان تأتي معه لكي يلعبا سويا في منتصف الحجر بعيدا عن الطعام والعصير .. وعندما ذهب سويا جرى الطفل بأقصى سرعة نحو السندويش وحصل على قضمة شريحة منه .. رفضت تابيتا بشدة وقالت له: "بيكي أعطيتي إياه فهو اذن ملكي .. ولن اعطيك اي قضمة منه".

وبدا كما لو كانت تابيتا تحاول حل مشكلتها بنفسها بنفس الطريقة التي لتقتها اياها والدتها .. او بالطريقة التي فهمتها من ابويها.. وهي انسها عندما تحصل على شيء اولاً .. فانها لا تتنازل عنه لاي شخص مهما كانت الظروف وفي كل الاحوال.

حكاية براين :-

والدا براين قالا : انهما يعلمانه قيمة المشاركة بأن يظهر ا له انهما لبوين يجعلان براين يشاركهما أشياءهما الخاصة.

ونقول الام : انه يساعدني في المطبخ في تقطيع الاثياء ويشارك والده في اللعب بالاكواب الموجودة في محل النجارة بمعنى ان يتعلم "براين" ان لكل منا اشيائه الخاصة ولكننا جميعا نشاركه اياه ايضا.

وعندما بدأ براين للتجربة بقضم السندويش .. حاول ان يساعد صديقه الذي طلب منه قطعة بقوله :- اذهب إلى بيكي مستعطيك .. لم تعطه بيكي وعاء الطفل الآخر يخبر "براين" بهذا قال براين :- حسنا سوف نققسم السندويش سويا.

انن لقد بدا واضحا ان براين يتبع نفس النموذج الذي اوضحه له والده.. انه عندما اخذ السندويش كان يعتبره خاصا به .. وعندما طلب منه الصديق جزءا منه.. حاول ان يجد له مزيدا من الخبز بحيث يأكل منهما ما يفيه ولكن نفاذ الخبز جعل براين يحاول حل المشكلة بأن تقتسم الخبز مع صديقه بحيث يستطيع كل منهما ان يأكل حتى ولو تصبیره..

هؤلاء الصغار يوضحون لنا ما يفهمونه حول المشاركة كيف تكون عندما يعتمد عليهم في حل مشاكلهم وفقا لاستراتيجية خاصة بمفاهيمهم الصغيرة.

إن ردود الأفعال عند هؤلاء الأطفال أوضحت لنا انه من المفيد ان نتساءل :- ماذا يتعلم الصغار من الآباء والمدرسين حول "المشاركة" عندما يحاولون مساعدتهم على اكتساب مهاراتها المختلفة.

هل المطلوب منا كأباء ومدرسين ان نزود الطفل بخبراتنا الملائمة لكل موقف: ام نساعدهم على ايجاد حل تعاوني لمختلف المواقف؟.. هل نشجع المنافسة اكثر من التعاون؟.. اننا نكون قد شجعنا ظهور "الـ" بدلا من نحن.

والحق انه عندما نميز طفلا بعينه دون الاطفال جميعا كي نسهل اليه مهمة عمل هام او نمتدح طفلا وضع لعبة بطريقة جيدة او نمتدح للرسم الجيدة .. لما ندعم فكرة التنافس لتحقيق تمييز شخصي بدلا من التميز الجماعي - كما ندعم وقف الـ "انا" لن يمتلك الاحداث والاكثر والافضل.. اكثر من تشجعنا لموقف "نحن" حتى لو كانوا اطفالا غير قادرين على التملك والامتلاك.

هل نخلق المواقف التي تتيح للطفل فرصة تقدير قيمة العطف .. وتبادل المحبة مع الاخرين ؟



تقول الدراسة : ان الاطفال فيما بين الثانية والسابعة قادرون على فهم سلوك.. "الاثار" ومحبة الغير.. حتى ولو لم يكونوا عمليا قادرين على التعاون الحقيقي مع الآخرين.. وهنا يمكن اقتراح ان الكبار الذين يملكون نموذجا مثاليا دائما لابد وان يتحدثوا عن شعورهم هذا اتجاه الآخرين .. ويوضحون مفهومهم للحب والعطف في أذهان الصغار.

وفي النهاية .. لابد من ان نضع في اعتبارنا.. ما يمكن ان نقوم به قصص الاطفال وكتب التلوين التي تلعب دورا كبيرا في اكتساب الطفل حساسية خاصة اتجاه حاجات الآخرين.. وهناك العديد من الكتب التي تساعد في توضيح هذا المفهوم .. لان المشاركة كسلوك ايجابي في الحياة مطلوب تواجهه سواء في الصغار او الكبار .. كما ان قدرات المشاركة تتكون اساسا من خلال التعليم والفهم والاحساس بالآخرين والتفكير باحوالهم.. وفي عالمنا للمعقد المشحون فان مفهوم المشاركة يجب الا يتأكد فقط بين الافراد بل يجب ايضا ان يتضح كسلوك ايجابي مطلوب بين الدول.. فالتعاون ضروري جدا اذا ما كنا نريد ان نعيش معا في سلام. ان التعليم المبكر للطفل في سنواته الاولى لن تكون له قيمة دون ان نلقنه قيمة التعاون وعمليات المشاركة تلك الافكار التي تبدأ مع الطفل مبكرا.. وتظل معه حتى يكبر ويمش غفي عالم يتطلب كل مجهود المشاركة والعطف .. لانه من المؤكد ان الآخرين يطلبون نفس الشيء..

كذلك فانه على الآباء والمدرسين اعادة النظر في تقدير قيمة المشاركة .. والضرورة الملحة لتعليم الاطفال أهمية المشاركة .. وبذلك نكون نجحنا في خلق ابطال حقيقيين قد نجحوا من اخطار الحق الذاتي للمدمر.

## (( اضطراب السلوك عند الأطفال ))

يمر الطفل بمراحل عديدة من النمو والتطور النفسي والاجتماعي بجانب النمو الجسدي والعاطفي، وللأسرة والبيئة أثر كبير في نمو الطفل حتى انشاء الحمل وهو جنين في بطن امه، فهو يشعر بأنه مقبول او مرفوض من احسامه بالرضا والسعادة من الام والاب او العكس، فاذا كانت هناك رغبة شديدة وترقب في انتظاره فهنا يبدأ الارتباط العاطفي الشديد، بينه وبين والديه.. وكذلك علاقته بالمجتمع تبدأ في هذه المرحلة الجنينية وتقرر تكوينه النفسي والجسدي والاجتماعي.

وعند الولادة مباشرة يحس الطفل بالاتجاه العاطفي للأسرة نحوه، فيحس بالانتماء والاهتمام اذا ما كانت الاسرة في حاجة لهذا الطفل مثال ما يحدث اذا كان الوالدان لم ينجبا من قبل او كان قد كبرا في السن او يوجد عندهما بنات وفي حاجة الى ولد حيث يهتمان بالولد عن البنات.

وكلها عادات وتقاليد لها جذور من الماضي حيث توجد العقيدة بان الولد هو العصب أهم لبقاء اسم الاسرة واستمراريتها، وكذلك للاعتقاد بان طبيعة الاعباء الاسرية يتحملها الولد اكثر من البنات، ومن هنا كانت الاهمية التي تعطى للولد تأخذ شكلا من الاهتمام، ويزيدها الاهتمام اذا كان الطفل وحيدا، وقد يكون هذا الاهتمام من الشدة لدرجة انه يصبح اهتماما مرضيا.

وفي المراحل المختلفة لنمو الطفل ينتقل الطفل من مرحلة الاعتماد التام على الأسرة الى مرحلة الاستقلال، ومن مرحلة حب الذات الى عضو في الجماعة يشارك في حياة الأسرة ويتعلم الاخذ والعطاء والحب والكرهية والخير

والشر فيتخلص تدريجيا من الاتانية وحب الذات الى الاحساس بوجوده كفرد في المجتمع الصغير وهو الاسرة ثم للمجتمع لأكبر قليلا وهو المدرسة ثم أخيرا في المجتمع الكبير اذا زاول نشاطه فيه.

والرغبة الشديدة في هذا الطفل نقرها عوامل اسرية واجتماعية وبينية وصحية في الوالدين وتبدأ هذه المظاهر بما نراه في سلوك الوالدين وما نشاهده من حماس شديد وتوتر أثناء استقبال هذا المولود بمظاهر ملوكية غير عادية من الاسرة والوالدين.

وزيادة الاهتمام والعناية والرعاية التي يخلقها جو الاسرة ووجود الطفل الوحيد المنزل في هذه الاسرة لا يتيح له فرصة النمو النفسي والعاطفي والاجتماعي الطبيعي، ويصبح للطفل انانيا ومحبة لذاته وهذا في حد ذاته يخلق عنده بعض القلق والاحساس بعد الاستقرار له لممارسة الخبرات الاجتماعية وحسن مشاكلها الحل السليم المثبت على حساب الجماعة. والمشاركة الوجدانية واكتساب الخبرات لحل هذه المشاكل في اصغر سن ... يعتمد على الاسرة وتوجيهاتها، وتعلم الطفل معنى العقاب والثواب والخطأ والصواب، فاذا ما كبر وتعرض لخبرات قد تكون شديدة يستطيع الانسان السوي ان يحلها.

ولكن اذا كان الطفل مدالا ويدون خبرة فهذه تخلق صعوبات في حياته وتوترات نفسية قد تأخذ صعوبة مرضية نفسية تحتاج لمراجعة تامة لاعادة تكوين هذه الشخصية غير الناضجة.

وزيادة الحب والعطف والحنان للطفل المدلل وتلبية كل ما يطلبه تقف حائلا دون ترشيد الطفل من اكتساب الخبرات الاجتماعية، والغريب انه توجد امثلة كثيرة تظهر عدم نمو الطفل المدلل اجتماعيا احب ان اسره بعض منها

هنا، فهناك المثال الذي يقول "للي على الحجر" و "ابن امه" و "حيلة والديه" وغيرها من صور وتقاليد اجتماعية تجعل الأسرة لا تعطي الفرصة للطفل للتعبير عن نفسه ولاكتساب الخبرات الاجتماعية والعاطفية والعقلية وممارستها، وتنشأ نتيجة لذلك شخصية غير ناضجة تبدأ بحجم القدرة على التكيف الاجتماعي والفشل في الدراسة الى صور سلوك غير مقبولة اجتماعيا الى "الجنوح" وإذا كبر الطفل تحت هذه الظروف المرضية غير الطبيعية قد تجره الى الجريمة.

وتقتضي الرعاية النفسية والتربوية السليمة الى ان يهتم الوالدان بالتطور النفسي والاجتماعي والعاطفي والعقلي بجانب النمو والتطور الجسمي.

وعلى الأسرة معرفة خصائص كل مرحلة من مراحل النمو واحتياجاتها ومتطلبات المجتمع من الطفل لان هذا الطفل يعيش في مجتمع يتأثر به ويؤثر فيه، وكمثال لذلك فان الطفل المدلل يخلق جوا من التوتر عند الأسرة والابوين خاصة اذا مرض او اصاب بمكروه، ويزداد هذا التوتر حدة اذا كان تدليل الطفل من جانب واحد أي من الام او الاب فقط، فهنا تحدث خلافات وتضارب في تصرفات ومشاعر هذه الأسرة يكون للطفل سببا لها، وفي نفس الوقت فسان هذه التوترات ومشاعر القلق والخوف عند الأسرة ينعكس اثرها على الطفل وتزيد من توتره وقلقه.

ولذلك يجب الانتباه ان تكون رعاية الطفل متوازنة من الابوين والأسرة وخالية من التوترات وشدة الانتباه او الحنان الزائد، فكلها تبعد الطفل عن النمو النفسي السوي وممارسة الخبرات الاجتماعية السوية حتى لا يكون عرضة للاضطرابات النفسية والخوف من الامراض وعدم القدرة على اتخاذ القرارات او العمل عندما يكبر هذا الطفل.

## (( ملال الطفل .. وإفساده ))

- "قصة" في مكانها تعطي نتائج طيبة.
- "للال" في وقته يرهق شعوره.

حماية الطفل بشدة وبإفراط، وتؤدي إلى شعور الطفل بالخوف من الانفراد، وهذا الشعور يتزايد كلما انصرف عنه أهله.

كلنا لدينا مشاغل ومشاكل يومية، نعمل على تأديتها للقيام بواجباتنا التي تتطلب منا التضحية في سبيل تأمين مستقبل مضمون للأبناء الأعزاء.

إن كثرة الحماية، وإعطاء الإحساس بأهمية الطفل الكبرى، والاهتمام عليه، يؤدي إلى صراع كبير في داخل الطفل، ويجعله شديد التأثر، فيشعر بما تعانيه أمه، من تردد وشعور بالذنب، وقلق من جراء تركها له مدة طويلة خلال النهار، ويفترقها عنه بسبب عملها.

لذلك نجد أن الأم والاب يحاولان تعويض الطفل عن حرمانه هذا بالتكليل إلى درجة الإفساد. وهنا تكبر المشكلة وتبدأ المعاناة، ويضطر الأبوان إلى اللجوء في نهاية الأمر إلى القسوة لردع الأولاد.

ولكن ما الفائدة ؟ وهل فات الألوان يا صديقتي الأم؟ فتعالي نبني المراحل التربوية التي يجب أن ترافق الطفل منذ ولادته حتى بلوغه بطريقة معقولة، تكون فيها قد صقلت نفسيته وتربيته، ولم يعد الخوف من إفساده مسيطرا علينا.

"التدليل": هل يفقد الطفل حقاً؟..

بالطبع كل امرأة حديثة العهد بالأمومة وكل رجل حديث العهد بالأبوة، يجهل ماهية إضداد الطفل، ونرى أن الإضداد عموماً يأتي في السن المبكرة للطفل، أي منذ ولادته، ولكن هذا إضداد قابل للعلاج، خلال الفترة ما بين الولادة والشهر الرابع، إن صراخ الطفل في هذه الفترة، له أسبابه، كأن يحس الطفل بالحمى والمغص والانتفاخ وهذه الآلام كثيرة في هذه السن، عالجها، وليس هناك داع لانتزاع الطفل من فراشه والمسير به ذهاباً وإياباً، كلما صرخ صرخة، أيقظتك من نومك: فتهرولين إليه خائفة عليه مذعورة.

إن الطبيب بإمكانه مساعدتك في هذا الأمر فاتبعي النصائح جيداً وستحصلين على نتيجة رائعة في هذا المجال.

### خلال النصف الثاني من سنته الأولى

في الفترة التي تلي الطفولة المبكرة وهي العمر الذي يتراوح بين الشهر الخامس، فهناك أمور تقصد الطفل، فكثره تسلية الطفل مثلاً كلما استيقظ من نومه، وتعد الأم إلى الركض لانتزاعه من الفراش، بعد أن ملأ البيت صراخاً وعويلاً، ذلك لأنه يعرف ماذا سينتج، فتبدأ بعناقه ولا تتركه، حتى أصبح يعتمد عليها في تسلية نفسه.

إن الأطفال "ماكرين" لدرجة كبيرة فقد قلنا إن صراخ الطفل يكثر من مخاوفك، فتهرولين إليه مذعورة لأخذه بين أحضانك وتعيدين له الأمان.

إن الطفل يتصرف حسب الأمور التي اعتادها، فقد اعتاد أن يصرخ، وإن تهرولي إليه فتأخذه بين ذراعيك، وتأتي به إلى فراشك، ومتى استسلم

الى النوم تعودين به الى سريريه، ربما أحس بعدها بأنك تخليت عنه فيعتمد إلى الصراخ ثانية، وان بقي نائما، لا تخفين أنت قلقك، فتذهبين بين برهة وأخرى على رؤوس أصابعك للاطمئنان عليه...

إن هذه الأخطاء التي ترتكبها الأم تجعل الطفل الصغير مدلا، لا يهتم إلا ان يكبد أمه مشقة المهر، والام بدورها خوفا عليه ومخافة ان يزعج صراخه، الجيران والأخرين في البيت تقوم بتطمينه، بانها موجودة دائما إلى جانبه متنامية انها بحاجة إلى الراحة، وانها يجب ان تهتم بنفسها كاهتمامها بطفلها، حتى لا يتسرب إليها التعب والإرهاق.

### ما العمل إذا ؟

دعي طفلك في فراشه، ولا تهتمي بصراخه، سيجد ان لا فائدة مرجوة من هذا الصراخ فيخلد الى النوم، هذا طالما اذا لم يكن يحس بألم او لم يكن جائعا. أي بعد تأدية ولجبك نحوه، واخلاده الى النوم فينام نوما عميقا هائلا، وانت كذلك تخلصين الى الراحة لتقومي باعمالك اليومية في اليوم التالي.

ان الاستسلام الكلي لارغبات الطفل سببها مخاوف الاهل، وقلقهما عليه، لان هذا المخلوق الذي تسببا في وجوده، لا حول له قوة، غير ان يقوما برعايته، ولو ادى ذلك الى مشقة وإرهاق، ولكن هذا القلق يزول مع ولادة الطفل الثاني فيكون الابوان قد اكتسبا خبرة في هذا المجال، ويعلمان عندها ان القوة يجب ان تستعمل من وقت لآخر لاصلاح الخل.

### إصلاح الفساد

إن هذا الأمر يتطلب منا ارادة قوية، وذلك في سبيل تحقيق النتائج

المرجوة، ان بعض القسوة في مكانها تأتي بنتائج مذهلة لان تقويم اعوجاج الطفل، هو في النهاية لمصلحته ومصلحتك في آن واحد.

عودي طفلك الاتكال على النفس في التسلية، ادفعي اليه بلعبة مفضلة لديه ودربيه على اللعب، ثم اتركه، وانصرفي الى انجاز أعمالك المنزلية، اجعليه يشعر ويعلم ان عليك القيام بهذه الاعمال، وهو مستيقظ، ليعلم ان لديك عمالا مهمة غير تسلية واللعب معه.. وحدثه قليلا وانت تقومين باعمالك، حتى لا يدخل الملل في نفسه، ولكن دون ان تتظري اليه، فقط لتجعليه يستمع إليك، وإذا بدأ بالبكاء اذهبي من أمامه ولا تعيريه اهتماما، فيعود الى لعبته، وقبل موعد نومه، لاعبيه قليلا وحدثه، وداعبيه ثم ضعيه في الفراش، بعد تقبله فيستسلم الى النوم العميق.

ان تكرار هذا الامر يجعل الطفل معتمدا على نفسه في اكثر الأمور، لتسلية نفسه في البداية، ويتدرج ويتكرب شيئا فشيئا على هذا الاعتماد، حتى من المدرسة، فيسهل افتراقه عنك.

ان الطفل يتعود في البيت تنظيم حياته، فيقوم بترتيب ألعابه في مكانها، ومن ثم ترتيب اقلامه ودفاتره. وبعد ذلك ترتيب فراشه وثيابه. بذلك تجنبن طفلك مشكلة، سيجعلها معه اينما حل وهي عقدة الخوف والاعتماد عليك، الى الاعتماد على الغير.. ومتى تجاوز الطفل العاشرة من عمره، قد يقع الاهل في "مطب" آخر: هل من ضرورة لإجابة كل طلباته؟ هل يكفي ان يُأمره "فيستجيب الولدان؟ متى نقول له "نعم"؟ ومتى نقول "لا"؟.. ولنا لقاء آخر للاجابة على هذه الاسئلة.



## (( الطفل طويل اللسان ))

انفعل الأب وهو يشاهد إحدى مباريات الكرة في التلفزيون فصاح بأحد اللاعبين ووصفه بكلمة خارجة ونال هذا الوصف استحسان الجميع، واستأعت الأم من تفصيل الخياط لفستانها فلفظت لفظاً غير مؤدب لقي موافقة من صديقاتها.

وفي يوم من الأيام ٠٠٠ وعلى مرأى وسمع من الضيوف صاح الطفل الصغير بنفس اللفظ، وصفع أمه به، فبهت الجميع وتساءلوا من أين أتى بهذه الكلمات البذيئة؟

وإذا بالأم تسحب الطفل خارج الصالون وتضربه صفعتين قويتين على وجهه. ولا ريب أن الطفل المسكين قد سأل نفسه عن السبب في ضربه لكلمة قالها والده وقالتها والدته، مثلاً الأعلى - ولعله قد تعجب من هذا المجتمع للظالم الذي يكول بكيلين.

الطفل طويل اللسان مشكلة كبيرة بالنسبة لأهله وهم لا يستطيعون البقاء محايدين أمام ابنهم البذيء خوفاً من تطور سوء أخلاقه من اللفظ إلى الفعل. ومن اتهامهم بالإهمال من تربيته. وطول اللسان مشكلة لها ثلاثة أطراف، الطفل والمجتمع والأهل.

### • طريقة التقليد

الطفل في السنة الثانية من عمره يتعلم أشياء كثيرة جداً عن طريق التقليد فهو مثلاً حين يدخل عيادة الطبيب يمسك بسماعته ويحاول السماع بها، وقد يعجب إذا لم يسمع شيئاً. والطفلة الصغيرة تلاحظ أمها وهي ترتب السرير

فتحاول مساعدتها في تربيته. وأول معلم للكلام في حياة الطفل هو أهله فهم ان تكلموا الانجليزية تكلمها، وان تكلموا الصينية نطق بها، وان لفظوا لفظاً بذيئاً رده. دون أن يفهم معناه وهذه اولى مراحل الطفل طويل اللسان، ويتوقف تطور الحالة على معالجة الموضوع في اول مراحلها فهناك أهل يضحكون جداً ويسعدون عندما ينطق الطفل بإحدى هذه الكلمات وهذا يشجعه كثيراً على ترديدها وترديد غيرها.

والصنف الأول من الأهل هو من يعنف الطفل بشدة عند ترديده للفظ بذيء بل يضربه ضرباً موحماً قاسياً. ان الأهل أهم مصدر هذا اللفظ، فالطفل لا يكون كلماته بقراءة مختار للصاح بل بالاستماع الى أهله وسكان البيت جميعهم بما فيهم للشفالة، وقد تتجح هذه الطريقة ولكنها غالباً ما تشل فالطفل يبدأ في استعمال اللفظ كسلاح لإثارة الاهتمام حتى ولو أدى هذا الأمر الى الضرب.

أما الصنف الثاني من الأهل فهو من يتحاشى التلفظ بمثل هذه الألفاظ على الأكل أمام الأبناء. فإذا ردد الطفل أحدها في يوم من الأيام تجاهلوه وان لم يفد للتجاهل خاطبوه في هدوء وتعلل قائلين:

هل سمعنا نردد هذه الكلمات قبلاً، طبعاً لا فهي كلمات لا تليق بالأشخاص المهذبين مثلك. وان لم يفد هذا فإلى المرحلة التالية بحرمانه مما يجب كالفسحة أو الشكولاته مثلاً، وإذا لم يفد اللين بعد كل هذا فلا مانع أبداً في آخر الأمر من علقه ساخنة، مع البحث عن المصدر الذي أتى منه الطفل البريء بهذه الكلمات كالشفالة مثلاً أو ابن الجيران، ويستطيع الأهل بهذه كله حماية الطفل من سوء اللفظ والبذاءة حتى يصل الى مرحلة جديدة وهي مرحلة

المدرسة وفيها يجتمع عنصران معاً من سن السادسة وما يتبعها من حب الاستقلال ودخول المدرسة، والمجتمع الجديد الذي يجمع كل المستويات الخلقية.

#### • حب الاستقلال

في سن السادسة تبدأ مرحلة حب الاستقلال، وفيها يكون الطفل بعض العادات التي قد تكون مستهجنة كأن يشتم، وكأن يجلس على المائدة بدون غسل يديه، وقد يمس وجهه في الطبق حين يأكل، وهو لم يكن يفعل هذا من قبل وهو حين يتصرف مثل هذه التصرفات يعلن عن حقه في تكوين الشخصية التي يعتقد انها تناسبه بعيداً عن تلك الشخصية التي كونتها رعاية والديه ونصائحهما. وهو حين يثور على ما تعلمه من والديه - ومنه أدب اللفظ - فهو يثور لمجرد الثورة حتى يؤكد استقلاله عن والديه. ومتى تأكد من هذا فإنه سوف يعود بتوجهات الأهل والتي حفظها تماماً في عقله الباطن ووراها والا لما ثار عليها.

أما في المدارس فالموضوع يختلف، هناك نوعان من الألفاظ قد يستعملها الطفل بعد دخوله الدار، أولها هي الكلمات البذيئة، فقد يسمع هذه الكلمة من أحد نجوم المدرسة من التلاميذ ويرى اعجاب الباقيين بها، فيردها بحذر ويردد مع بعض زملائه ولكنها قد لا تعطي نفس الأثر فيقرر تجربتها في محيطه المنزلي، كتجربة كيميائية، حتى يرى رد فعلها فكيف يكون الحل أوجب أن نفهم طفلنا معناها - قدر المستطاع.

#### • كلمات خاصة

والنوع الآخر من الألفاظ التي يستمدّها الطفل من مدرسته هي نوع من

الكلمات الخاصة التي قد يستعملها الطفل هو وأخواته، وانكر انني حين رجعت بعد أول يوم من الدراسة من مدرسة المنيرة الابتدائية فاجأت والسدي بكلمة "ما وأو" وكلمة "جرى ايه يا!!" ومثل هذه الكلمات حلها بسيط جداً، وما قد حدث لي - وهو تماماً ما يجب ان يكون - لئهما تجاهلا هذه الكلمات تماماً وبعد بضعة أيام قالوا لي ان هذه الكلمات يحسن جداً وقف استعمالها على المدرسة والتلاميذ وليس من المستحب التلفظ بها في المنزل وقد كان أخذت أرددها بضعة أسابيع أخرى بالمنزل، مللتها فهي لم تجذب الانتباه ولم أجد أحداً غيري يرددها فأوقفتها على الوسط الذي يفهم ويقر معناها - وهو المدرسة.

وبعد يا سيدي ١٩.

من هو الطفل المؤذنب؟

هل هو الذي يفهم معنى الكلمات الخارجة ويعلم متى يجب ان يمتنع عن التلفظ بها ومتى يحقق له استعمالها دفاعاً عن نفسه، ام هذا الطفل الماكت الذي قد نصفه بأنه كالملاك. وهو مع هذا يطوي بين جنباته نفساً غير منطلقة تعوقه عن التعامل مع غيره من الأطفال.

### الطفل المخرب

لماذا يقلب الأطفال نظام المنزل رأساً على عقب؟ ولماذا يلجأ البعض منهم إلى أغلقه للكتب فيقومون بتمزيقها؟ ... ولماذا يدمر الطفل لعبه؟ ... وهل كل اتلاف تخريب؟

ما الطريقة المثلى ازاء هذه التصرفات؟ ... وهل هي فعلاً شريرة؟ ... وهل يكون من المفضل ابعاد محتويات المنزل عن الطفل، فنطلق جميع

الحجرات، ومنعه من دخولها لا تسمح له الا بالتواجد في المكان المخصص له؟... وهل من الواجب شراءها ثم حفظها بعيداً عنه حتى يكبر ويمكنه المحافظة عليها؟

في هذا التحقيق ... نجد الإجابة عن هذه الأسئلة وغيرها:

**متى يكون الطفل مخرباً؟**

قد يسمى للطفل مخرباً فعلاً اذا ما كانت تصرفاته تزيد على تصرفات أقرانه بشكل مبالغ فيه. وهناك أسباب لهذا نوجزها فيما يلي:

١- نمو جسمي ونشاط زائد للطفل مع حياة مغلقة، وعدم وجود نشاط يستنفد هذه الطاقة.

٢- اضطراب الغدة الدرقية، مما يزيد إفرازها، فيصبح الطفل متوتراً دائماً الحركة.

٣- انخفاض مستوى الذكاء مع النمو الجسماني الزائد.

٤- اضطراب الغدد، بحيث تؤثر على التأزر العضلي والتناسق الحركي وقد يحدث ذلك للشباب أثناء فترة المراهقة فيكسرون ما يقع في أيديهم، نتيجة رعونة أو زيادة إفرازات الغدد.

٥- أحياناً، يكون التخريب بسبب الاضطراب النفسي، أو الشعور بالنقص أو الظلم، فيلجأ الطفل للانتقام، أو كسر ما يقع بين يديه، وذلك بأسلوب لا شعوري فيشعر باللذة والنشوة للانتقام ممن حوله.

**حب استطلاع الطفل ..... وخطأ الوالدين:**

وعن معاقبة الآباء والمربين للأطفال على عيبتهم، أو تخريبهم لما حوله أو إتلاف محتويات المنزل أو بلل ملابسهم، أو لعيبهم بالنار.

الأطفال يرغبون في إشباع حاجات النمو العقلي، التي تدفعهم إلى فحص وتحسس ما حولهم مما يجعل للطفل شعور بالدهشة لعقابه على نشاطه وينتهي به الأمر منذ نعومة أظفاره، إلى الشعور بأنه يعيش في عالم ظالم، يعاقبه على الأعمال التي يستمد منها اللذة أو تربطه بالعالم الخارجي، السذي يحيط به فيؤدي إلى حذر الطفل عند ممارسة توافع ونزعات حب الاستطلاع، ولا يمنعه من سلوك التخريب، ولكنه يمارسه مع شيء من الحذر والخوف مما يؤدي به إلى الرعونة والتستر فيتلف ما يفحصه أو يكسره بأسرع مما كان قد يحدث، لو أنه فحصه أو عبث به وهو ليس خائفاً كما أنه يلجأ إلى الكسب، إذا سئل عن عبث بذلك الشيء بسبب خوفه من العقاب .

والعقاب والتخويف، لا يمكن أن يمنعا الطفل من العبث والتخريب، ذلك السلوك الذي نسميه - خطأ في الطفولة الأولى بالتخريب.

#### الطاقة في الطفل . . تحتاج لإشراف:

أما ما يجب اتباعه من سلوك تجاه الطفل ونقداً وإتلافة للأشياء.

ينبغي على الآباء إعطاء فرصة للطفل لكي يتعرف على ما حوله، ولكن تحت إشرافهم بحيث لا يضر بنفسه أو بما يحرسون على حمايته، فلا مانع مثلاً من أن نتيح الفرصة للطفل باللعب في الماء تحت إشرافنا، حتى يتعرف عليه، بل يجب أن نشجعه على الإجابة عن الأسئلة بقصد حسب الاستطلاع بهدف تنقيفه. لذلك يجب أن نسمح له باستعمال المقص مثلاً، تحت إشرافنا أيضاً، كما يجب غلق الأدراج التي لا تزيد عبث الطفل فيها ويجب مده باللعب التي تمكنه من أن يقوم بحلها وتركيبها، لأن هذه النوافع مهمة في التطور النفسي والعقلي لكل الأطفال.

والحقيقة إن الله خلق مع كل طفل طاقة كبيرة ليتحرك كثيراً، ويتعامل مع كل ما في الحياة ويتعرف على دنياه.

## (( لنرفع شعار سعادة البيت أولاً ))

يعتقد بعض الآباء ان الطفل يحتاج في سنين عمره الأولى الى الرعاية الصحية البدنية أكثر من أي شيء آخر.

ولهذا يركزون على طعام الطفل ونومه وملبسه وصحته العضوية بشكل عام. ولكن الحقيقة العلمية تؤكد أن للطفل منذ لحظة ولادته يحتاج الى العطف والحنان والاهتمام المعنوي بقدر احتياجه الى الرعاية الصحية

• في الشهور الأولى يستشعر الطفل الحنان من خلال اصابع أمه، ولا تمثل الأم له مصدر الطعام فحسب ولكنها تمثل مصدر الحنان والأمان أيضاً، ومنذ الشهر الرابع يستطيع الطفل ان يتعرف على وجه امه ويشعر بالخوف والفرح لرؤية الوجوه الغريبة وسرعان ما يزول خوفه وقلقه عند رؤية وجه امه ... كما يبدأ الطفل في الاستجابة لابتساماتها ... ولهذا فالابتسامة الحنية على وجه الأم في نفس أهمية اللبن الذي تدره من صدرها. فإذا وفرنا للطفل أمّاً بديلة تمدّه بالطعام وترعاه صحياً وتخفف عنه أي ألم عضوي يشعر به فإن ذلك لن يعوضه عن أمه الفعلية التي تدر عليه الحنان الطبيعي.

ولقد أجرى العلماء تجارب في هذا الاتجاه على حيوانات المعامل وخاصة صغار الشمبانزي التي انتزعوها من امهاتها وأعطوها لحضانة امهات أخرى. فوجدوا ان هؤلاء الصغار يصابون بالعصبية.

• هل يؤثر عدم الاهتمام والحنان بالطفل في شهيته للطعام؟

-- نعم يفقد الطفل شهيته للطعام ويضطرب نومه والأهم من ذلك فإن نموه يتوقف، وكان هذا مفتاحاً لاكتشاف هام لمرض يصيب الأطفال ولم يكن

معروفاً سببه، وهذا المرض هو توقف نمو الطفل رغم أنه يتناول غذاءه الطبيعي بالكميات السليمة، ويصبح الطفل قزماً ومتخلفاً في نموه عن عمره الزمني واختار الأطباء في هذا المرض لأن جميع الفحوص الطبية كانت تؤكد سلامة الطفل من الوجهة العضوية واكتشف الأطباء أن سبب هذه الحالة هو حرمان الطفل من الحنان. وذلك حين ينشأ الطفل بعيداً عن أمه الفعلية أو حين يتعرض للحرمان والاهمال من أمه ... القزم العاطفي، ولعل هذا يؤكد شيئاً خطيراً وهو أن الحنان والاهتمام والعطف يمثل الجانب العضوي في الموضوع إلى حد تأثير الحرمان العاطفي على النمو العضوي ولكن هناك تأثيرات نفسية خطيرة على شخصية الطفل نتيجة لحرمانه من الاهتمام والحنان.

إن للتأثيرات النفسية للحرمان من الحنان والاهتمام تأتي في البداية في صورة حالة مرضية تصيب الطفل. فالطفل معرض للإصابة بالمرض النفسي والعقلي مثل الكبار تماماً. ويكاد لا يكون هناك مرض نفسي أو عقلي يصيب الكبار إلا ويصيب الصغار أيضاً. بل إن الطفل معرض بنسبة أكبر للإصابة بالأمراض النفسية والعقلية نظراً لحساسيته الشديدة وعدم اكتمال نضجه الانفعالي والفكري. فالطفل قد يصاب بالقلق والاكتئاب والوساوس والمخاوف، وأيضاً يصاب بمرض القصام، ولكن أعراض المرض النفسي عند الأطفال تختلف عنها عند الكبار، فهي تأتي في صورة اضطرابات عضوية أو اضطرابات سلوكية فقد يأتي للمرض النفسي في صورة تبول ليلسي لا إدري أو تبرز لا إرادي أو تلحم في الكلام أو في مستمر أو آلام في المعدة أو فقدان شهية الطعام.

وقد يصاب الطفل بفقدان القدرة على التركيز ويعتبر دراسياً دون سبب



واضح، وقد يأتي المرض النفسي للطفل في صورة اضطرابات سلوكية كأن يصبح الطفل عدوانياً عنيفاً يعتدي على أخوته بالضرب ويدمر محتويات المنزل فقد يفقد احترامه لوالديه ويتناول عليهما بالفاظ نابية، وقد يسرق من المنزل أو يهرب من المدرسة كل هذه الأعراض سواء كانت أعراض عضوية أو أعراضاً سلوكية تشير إلى أن الطفل يعاني نفسياً وإن المرض النفسي عند الطفل يأخذ اشكالاً غير مباشرة.

وقد يعاني الطفل من المرض النفسي بشكل مباشر وهذا ما لا يصدقه الكثيرون كأن يشعر الطفل بالاكئاب فيشكو من أنه حزين ومألم ولا يستمتع بالحياة وأنه يود أن يتخلص منها، أو قد يشعر الطفل بحالة القلق كما يشعرها الكبار فيصبح متوتراً عصبياً سهل الاستشارة غير مستقر حركياً.

• هل للحرمان العاطفي تأثير على المدى الطويل. أي على شخصية الطفل في المستقبل حين يصبح مرافقاً ثم شاباً.

- بالطبع هناك تأثيرات سلبية على المدى الطويل، فالطفل الذي يتعرض للحرمان والأعمال تنمي شخصيته في أحد الطريقتين:

إما أن يصير انطوائياً خجولاً لا يستطيع مواجهة الناس ولا يقدر على التعبير عن رأيه وتصبح هذه صفات ملازمة لشخصيته تعوقه عن التقدم وعن النجاح في الحياة ويظل يعاني طوال حياته من هذه الآثار السلبية في شخصيته.

وإما أن يتخذ الطابع العدواني الأثني كتعويض عن حرمانه من الحنان في طفولته.

وأحد التصورات النفسية التي تقدم لحالات السمعة والأقراط في الطعام

هو احتياج الانسان للبين لتعويض الحنان الذي فقده في طفولته فهو يظل طوال حياته جائعاً للحب. والطعام يصبح بديلاً للحب فيصرف في الطعام رغم ضرره وهناك تفسير يقدم أيضاً لحالات الامان وخاصة امان الخمر وهو رغبة الإنسان في الحصول على السعادة المؤقتة الوهمية لإحساسه بالحرمان الدائم من العطاء والحنان من الناس. والمدمن يعلم ان الخمر سوف تنتهي حياته ولكنه لا يستطيع التوقف وكان في كلتا الحالتين، السمعة والإيمان الكحولي رغبة دفينة في تحطيم الذات اي في الانتحار.

والانتحار الفعلي يفسر نفسياً على أنه فقدان الإنسان لموضوع الحب. أو الاحساس بأنه مهدد بأنه يفقد الاهتمام والحب من الآخرين. وهذا الخوف نابع من طفولته لأنه حرم من اهتمام وحب وعطف والديه.

• هل هذا الحرمان في الطفولة يهيئ الإنسان للإصابة بالمرض النفسي حين يكبر؟

- هناك اتجاه في الطب النفسي يؤكد ان الأمراض النفسية التي تصيب الكبار لها جذورها في الطفولة، وان الأطفال المعرضين للأعراض العصبية في الطفولة كالفرع أثناء النوم أو التبول اللاإرادي أو قضم الأظافر أو التلعثم يكونون معرضين للإصابة بالمرض النفسي حين يكبرون ولعل هذا ينبه الآباء الذين يهتمون لطفالهم بأن التأثير الضار لهذا الإهمال يستمر معهم طوال حياتهم ويعرضهم للمعاناة النفسية في مرحلة الطفولة كما يؤدي بشكل سلبي على نمو شخصياتهم، ويعرضهم للمرض النفسي حين يكبرون.

• ما هي الصور الشائعة في مجتمعنا للحرمان العاطفي والاهمال من جانب الآباء للأبناء... والذي يؤدي الى هذه للتأثيرات السلبية ١٩٠٠

الأم العاملة معذورة وفي ورطة، فهي ممزقة بين عملها الذي يدعم الأسرة اقتصادياً، وبين اهتمامها بأطفالها، وليس الاهتمام العفوي ، ولكن الاهتمام العاطفي فالاهتمام العضوي يمكن ان تقدمه للشغالة او الدلادة أو الجدة ولكن الاهتمام العاطفي فالأم هي الوحيدة القادر على تقديمهم ولا شك في أنها تعود من عملها مجهدة ومنقطة نفسياً وذهنياً وتكون طاقاتها العاطفية قد استنفذت، وهؤلاء الأطفال يعانون من بعض الإهمال العاطفي والحرمان الجزئي من الحنان.

ولكن للأسف هناك أمهات غير عاملات وفي نفس الوقت غير قادرات على إعطاء الحنان الكافي للبيت وللأطفال، وهذا يعود بالطبع إلى نوع شخصية الأم. وهذه الأم بلا شك هي نفسها مصابة بنوع من التبدل الوجداني، والأم غير السعيدة في حياتها الزوجية تكون غير قادرة أيضاً على العطاء الكافي . . . فالخلافات الزوجية المستمرة والتي تؤثر على الحالة النفسية للأم تجعلها مجهدة نفسياً أو مكتئبة أو قلقة.

ودور الأب مع أطفاله الحنان والاهتمام من الأب مطلوبان لنفس درجة أهميتها من جانب الأم.

هناك نوعية من الآباء يعيشون حياتهم الخاصة خارج المنزل حين ينغمسون في ملذاتهم وشهواتهم ومتعتهم الشخصية.

وبعض الدراسات الجديدة تؤكد ان الحنان يجب ان يكون مشتركاً أي ممزوجة من الأب والأم وان السبب الرئيسي لافتقاد الحنان عند الطفل هو التعاسة التي تسببها على البيت بشكل عام فالبيت التعيس لا يستطيع ان يعطي حناناً حتى ولو حاول الأب والأم كل على حدة ان يعطي أقصى ما عنده، لا

بهم ما يعطي كل منهما ولكن المهم هو العطاء المشترك الذي يسعد الأب والأم معاً ويسعد الأطفال أيضاً. أي أن يكون جميع أفراد الأسرة سعداء.

• في حالة غياب أحد الوالدين لسبب من الأسباب وعلى سبيل المثال، الطلاق، هل هذا يؤثر تأثيراً شديداً على نفسية الطفل لحرمانه من الحنان من أحد الوالدين؟

- لا شك أن حنان كل طرف هام وضروري على أن يكون داخل إطار واحد كما قلنا. أما حنان كل منهما ولكن في اتجاه مختلف فله نفس التأثير الضار. ولكن هناك بعض الظروف الاضطرارية التي تؤدي إلى غياب أحد الطرفين. ولا شك أن هذا يحدث تأثيراً سيئاً على نفسية الطفل لافتقاره لحنان الأب أو لحنان الأم، وهنا مسؤولية الطرف الموجود مع الطفل بأن يعطي مزيداً من الاهتمام والحنان. أي بكمية مضاعفة.

وكما قلت فالحنان ليس من خلال التعبير المادي أي بتلبية طلبات الطفل وليس فقط ذلك الوقت الذي نقضيه مع الطفل وليس بتخليه وعدم عقابه، ولكن الحنان هو الاشتراك مع الطفل مع اهتماماته ومشاكله فتمنح هذا الاهتمام والمشاركة الفعلية هو أكبر مصدر للحنان.

ولكن ماذا يفعل الأب المشغول دائماً، أو الأم المشغولة دائماً؟ لا شيء يقال إلا أن سعادة أطفالنا وسعادة البيت تأتي أولاً، إذا نجح الإنسان خارج منزله أي في عمله وملك للعالم كله وخسر بيته وأولاده فالرأي الحكيم بأنه خسر كل شيء، ولنرفع شعار سعادة البيت تأتي أولاً.

## (( العناية بالأطفال ))

العناية بالطفل أمر بالغ الأهمية، والخبرة وحدها لا تكفي، لا بد من إرشادات محددة يقدمها الطبيب المختص لمساعدة الأم وتسهيل مهمتها... بالإضافة إلى العناية للصحة، لا بد من الاهتمام بالعناية الضرورية للصحة النفسية وكذلك التوجيه التربوي والمعرفي.

- العناية للصحة .. والنفسية .. والتربوية .. تعطينا الطفل المعافى .. والنمو السليم.

### النظافة

أي إهمال من جانب الأم في مجال العناية بطفلها، يترتب عليه إصابة الطفل بأمراض قد تتفاقم بشكل سيئ، إذا لم يكتشف أمرها، طبعاً ليس هناك من لم تعتمد إهمال طفلها، إنما هناك أمهات تنقصهن المعلومات اللازمة عن كيفية الاعتناء بالطفل.

#### نظافة الأعضاء التناسلية:

يطلب من الأم عندما تقوم بتنظيف طفلها (الذكر) أن تغسل أعضائه التناسلية بالماء الفاتر والصابون لإزالة الإفرازات الجلدية المتراكمة مع بقايا للتعرق. فتراكم الإفرازات قد يحدث تحرشاً في الجلد الرقيق، مما يؤدي إلى التهابات ولذلك يستحسن استخدام إسفنج ناعمة لهذه الغاية.

أما بالنسبة لغسل الطفلة (الأنثى) فهي بحاجة إلى عملية تنظيف دقيقة، وعلى الأم أن تأخذ قطعة كبيرة من القطن الطبي، وتبللها ثم تمسح بها جميع الطيات الصغيرة في منطقة الأعضاء التناسلية، ولتكن عملية التنظيف من الأمام إلى الخلف دائماً.

## (( حمام الطفل ))

إن مياه الحمام يجب أن تكون فاترة لا حارة جداً ولا باردة جداً، وفي أثناء الحمام على الأم أن تحاول التحدث إلى طفلها وتسلوته، كما يطلب منها أن تنظف وجهه بقطعة قطن مبللة (بماء الورد الفاتر) وذلك حتى الشهر السادس.

ومن الضروري غسل فم الطفل وتنشيفه جيداً بعد كل وجبة، حتى لا يتعرض جلده للتشقق، أما الصابون الذي يحرق عيني الطفل فيجب تجنبه.

أما بالنسبة إلى تنظيف الطفل، خلف الأذنين فيجب تنظيفه كاملاً بعد كل حمام، فالرطوبة والتعرق قد يسببان بعض المتاعب ولذلك يجب أن تمسح بلطف وراء الأذن بقليل من زيت اللوز الحلو.

### المحافظة على بشرة الطفل

الجلد يتأثر بجميع أنواع الغذاء، لذلك يجب توفير الغذاء الجيد للطفل، وذلك عن طريق تنويع الوجبات، فالطفل بحاجة إلى الكالسيوم، والفيتامينات والأملاح المعدنية والحديد والبروتين، وهذا ما يتوفر في البرتقال، والجزر واللحوم والأسماك والكبد والحليب ومشتقاته، ويجب أن تكون بنسب مناسبة كل ذلك ينعكس على بشرة الطفل، وعلى صحته السليمة.

### تقليم الأظافر

هناك بعض الأمهات يتخوفن من جرح أصابع أطفالهن عند قص الأظافر، لذلك ينبغي على الأم تنظيف الأظافر مرة كل أسبوعين وليس ضرورياً

ان يكون القص مفطحاً، لئلا يتسبب في جرح الأصابع الطرية، ويوجد في الصيدليات مقصات خاصة لأظافر القدمين التي يجب أن تقص قصاً قصيراً.

#### الاعتناء بالشعر

العناية بالشعر ضرورية، فاستعمال الفرشاة أمر مستحسن شرط أن تكون ناعمة وذات شعيرات مستديرة ويمكن للأُم أن تستعمل مقوياً للشعر بعد بلوغه العام الأول، وهو عبارة عن مزيج من زيت الزيتون والماء الفاتر، تخفطان جيداً، ثم تدلك جلدة الرأس بهذا المزيج، وتترك لمدة عشر دقائق، ثم يغسل الشعر جيداً.

أما بالنسبة لقص الشعر يستعمل مقص برأس مستدير حتى لا يعرض جلدة الرأس لأي أذى أو خدش، وهذا من شأنه يقوي شعر الطفل.

#### طرق الوقاية لحمية الطفل —

هناك بعض النصائح والإرشادات التي يجب أن نتقيد بها الأم، لتجنب طفلها الأمراض وخاصة الصدرية منها، ومن هذه الطرق ما يلي:

- جنبي طفلك النزلات الشعبية بتعويده العيش في الهواء الطلق أطول وقت ممكن.

- عودي للطفل على النوم في غرفة حسنة التهوية ليلاً ونهاراً، دون تعريضه للتيارات الهوائية الرطبة، واحذري الهواء المكثف في السيارة أو في المنزل.

- لا تخرجي الطفل ليلاً، ولا ترتادي الأماكن المزدحمة، واتركيه حر الحركة، لا تعيقه باللباس الضيق.

- إذا أصيب الطفل بالحصبة، أو السعال الديكي أو الالتهاب الرئوي أو الحميات، احرصى على معالجة تلك المضاعفات الصدرية حتى الشفاء التام.

- لا تهمل علاج الزوائد الأنفية، والتهاب اللوزتين والحلق، سواء كان رضيعاً أو طفلاً، لأن ذلك يؤدي إلى تنويه ألقاص الصدر، أو يسؤدي إلى مضاعفات صدرية أخرى.

- اغلي الحليب دائماً قبل تقديمه للطفل، لأن الحليب غير المغلي يحمل الميكروب وغيره من الجرثائم المعدية.

- احمي طفلك من طبع القبلات على فمه، فإن جرثائم الأمراض الصدرية كثيراً ما تنتقل إلى الأطفال عن طريق القبلات "المحبة".

- احذري تعريض رأس الطفل لأشعة الشمس، وخصوصاً على شاطئ البحر، ويجب تغطية رأسه بقبعة لكي تبعد عنه خطر "ضربة الشمس" ومضاعفاتها.

#### اضطرابات الأطفال الليلية :

#### • الاضطرابات البسيطة

١- الانتفاضات العضلية، هذه الانتفاضات بسيطة وعارضة وتحدث عادة خلال فترة النوم العميق، وقد تكون اعنف وأقوى وتحدث في فترة التحضير للنوم، ويرافقها شعور بالمقوط، مما يجعل الإنسان يستيقظ مذعوراً.

٢- للكلام أثناء النوم: بعض الأشخاص قادرون على الاشتراك بحديث والجواب على أسئلة خلال نومهم، وتكثر بالمقابل حالات الذين يتكلمون خلال احلامهم، ويرافق هذه الحالة حركات واضطراب، وقد ينمي الإنسان كل ما مرّ



به خلال الليل بعد ان يستيقظ.

٣- طرقة الأسنان، وهي اضطراب بسيط، تبدأ عادة منذ الطفولة، ويمكن علاجها بالوسائل النفسية.

٤- الهلوسة: وهي نفسها الهلوسة التي نشعر بها خلال الأحلام، هذه الهلوسة الليلية عبارة عن اضطراب عابر وتأثيرها على النائم محدود ولا تدعو الى القلق، فالإنسان المعرض لهذه الاضطرابات يكون صاحب شخصية عصبية جداً، وهي ليست مرضاً.

#### الاضطرابات المهمة:

هذا الاضطرابات أكثر أهمية، من الاضطرابات السابقة، وتحتاج الى علاج طبي أو نفسي، وهي في معظمها عوارض أو ظواهر خارجية تخفي في طبيعتها اضطرابات داخل العقل الباطني، وهي قابلة للشفاء.

١- البول أثناء النوم: هذه الحركة اللاإرادية تحدث في فترة النوم العميق في أول الليل، مما يؤدي الى الشعور بالبلل أثناء الانتقال الى فترة الأحلام، هذه الحالة تعتبر طبيعية عند الولد، وذلك قبل تجاوزه عمر الأربع سنوات. ويجب عدم إعطائها أهمية لو حدثت أيضاً بعد هذا العمر بشكل نادر. إذا كان الطفل لم يتم جيداً في الليلة السابقة، فيحاول التعويض بوسائل تقصر من فترات اليقظة الطبيعية خلال الليل، وهذا ما يؤدي الى البول أحياناً.

علاج هذه الحالة هو نفسي بحث، حيث يخضع المصاب لجلسات استرخاء طويلة حتى يتم للتوصل الى معرفة السبب الرئيسي - وإذا دامت هذه الحالة للطفل، فقد تكون الاصابة في الجهاز البولي أو اصابة بالسكري.

٢- للمشي أثناء النوم: المراهقون والأولاد ابتداءً من عمر السبع سنوات معرضون للإصابة بهذه الحالة، هذه للنوبات قد تكون مؤثرة جداً على محيط المصاب بها. وهي تكوم ما بين ثوان عديدة ونصف ساعة. أما صورة المصاب بهذه الحالة فهي الوجه جامد، العينان مفتوحتان، نائم ويتصرف كالإنسان المستيقظ، وقد تؤدي أحياناً إلى خروج المصاب من داخل المنزل إلى الخارج.

هذه الحالة ناتجة عن اضطرابات نفسية بسيطة وخصوصاً إذا كانت مرافقة بكوابيس أو بول أثناء النوم. تحصل هذه الحالة في فترات النوم العميق، وبعد انتهاء النوبة يعود المصاب إلى فراشه ويتابع نومه، وعندما يستيقظ لا يذكر شيئاً مما أصابه.

ولذلك يجب عدم اهمال المصاب بهذه الحالة، وعلى الأهل أن يأخذوا جانب الحذر خوفاً من حصول أي حادث، عليهم بإقفال الأبواب والنوافذ والفتحات المؤدية إلى الشرفات. وإخفاء الأدوات الحادة والخطرة. كما أنه يستحسن عدم إيقاف المصاب خلال النوبة، بل التكلم معه بهدوء وإرشاده إلى سريره. وإذا تكررت تلك الحالة فيجب استشارة الطبيب والخضوع للفحوص والعلاج.

٣- الكوابيس: الكابوس لا يعني بالضرورة حلاً مزعجاً كما يعتقد الجميع، لكنه مرتبط بالخوف أثناء الليل. في بداية النوبة يتكلم المصاب، يفعل بصرخ أو يبكي أحياناً، فتتسارع أنفاسه وضربات قلبه، يتسارع نبضه ويرتفع ضغط الدم عنده، النوبة تكوم عدة دقائق ثم يهدأ المصاب، فإما أن يعود إلى نومه الطبيعي أو أن يستيقظ، عندها يجب التخفيف عنه حتى يعود إلى نومه

الهادئ، لا علاقة للكوابيس بعسر الهضم كما درجت العادة. للكوابيس علاقة فقط بالخوف من الليل أو من الظلام، كما أنها تتعلق بشخصية الانسان النفسية.

أما الاضطرابات النفسية التي قد تؤدي الى هذه الحالات فهي: اضطرابات وتقلبات فترة المراهقة والبلوغ على مختلف الأصعدة وفي شتى المجالات البيولوجية، اذا تكررت الكوابيس المزعجة، لا بد من تدخل الطبيب النفسي لمعرفة أسباب الخوف.

٤- **المبالغة بالنوم:** قد يبلغ انسان ما بالنوم، عندما ينام طويلاً جداً، لكن المبالغة في النوم هي اصابة في حد ذاتها تعذب صاحبها، المبالغة العارضة بالنوم ليست مشكلة، انها دلالة على نوم عميق نتيجة ارهاق أو تعب، تحصل بعدما المبالغة في النوم لتعويض الجسم مما خسره في مرحلة التعب والارهاق.

تحدث المبالغة في النوم عادة بعد فترة مرضية أو ارتفاع حرارة الجسم، أو هي واحدة من عوارض بعض الأمراض، كاعدام التوازن في الجهاز الهضمي أو عجم تكافؤ لفرز الهرمونات أو المشاكل المتعلقة بالدورة التنموية، وقد تحصل المبالغة في النوم بعد صدمة عاطفية كبيرة، فيلجأ الانسان الى النوم هرباً من التفكير والعذاب العاطفي.

٥- **المبالغة البسيطة في النوم:** هي نوع من النعاس المستمر وخصوصاً بعد مجهود جسدي أو بعد غداء دسم، وتحصل عند الأشخاص الذين تسونوا النوم بعد الطعام، أو تعودوا فترات متقطعة بعد كل مجهود. وغالباً ما يكون نوم هذه الفئة طويلاً.

## (( نمو الطفل مرتبط بنوع غذائه ))

بالنشويات. ولكن حذار ان يفرط الأطفال في تناول الخبز، لأن هذا من شأنه ان يساعد على السمعة، لا على النمو، نظراً لوجود نسبة ضئيلة فيه من النشويات، ووجود نسبة من السكريات تساوي أربعة أضعاف نسبة النشويات.

وإذا كانت للنشويات ضرورة لنمو الطفل فإن الأملاح المعدنية المتوافرة في بعض المأكّل لا تقل عنها أهمية، ولا سيما الكالسيوم والفوسفور.

فالكالسيوم هو الغذاء الأساسي للهيكل العظمي، وهو الذي يتيح للعظام أن تنمو وتطول يوماً بعد يوم، أما الفوسفور فهو العنصر المكمل للكالسيوم، والغذاء الذي فيه أفضل نسبة من الفوسفور والكالسيوم هو الحليب.

من الضروري جداً ان يتناول الطفل الحليب يومياً، وإذا كان لا يستطيع ان يتناوله، فيمكن الاستعاضة عنه بالجبنه، أو اللبن.

وتجدر الإشارة الى أن المانيزيوم هو الآخر يساعد على نمو الطفل، ويوجد بنسبة كبيرة في اليلح، ويستحسن ان يعطى الطفل من "مربي البلح" على الأكل مرتين في الاسبوع.

وتجدر الإشارة كذلك الى أن الفيتامينات هي الأخرى تلعب دوراً أساسياً في نمو الأطفال ولا سيما فيتامين (أ) الذي يطلق عليه "فيتامين النمو" وقد لحررت عدة تجارب عديدة على الفئران، يوتبين أن الفئران التي لم تعط فيتامين (أ) بقيت صغيرة، أما التي أعطيت هذا الفيتامين كبرت بنسبة للضعفين، ويعتبر الجزر أكثر الأغذية التي تحتوي على هذا الفيتامين، ويستحسن ان يتناول منه الطفل، بشكل عصير، مرتين أو ثلاثاً في الاسبوع.

وإذا كان فيتامين (أ) ضرورياً لنمو الأطفال فإن فيتامين (د) هو الآخر ضروري، شأنه شأن الفوسفور، ويتوفر هذا الفيتامين بصورة خاصة في الكالكو ولشعة الشمس، ولذلك نرى الأطفال يكبرون في الصيف أكثر منه في الشتاء.

## (( مشاكل النوم عند الأطفال ))

لماذا طفلي لا يريد ان ينام طوال الليل، لماذا يطلب مني دائماً ان أحمله وأهدده وأداعبه حتى اذا تركته لحظة فوق السرير لارتاح، عاد يصرخ من جديد بلا هوادة؟

ما المشكلة هنا؟ ولماذا يلجأ الأطفال جميعاً الى هذه الطريقة، لقد اجريت دراسات حول هذه الناحية من سلوك الأطفال تبين لهم معها أن الطفل دورات محددة من النوم الخفيف والنوم العميق أثناء الليل وخلال الأشهر القليلة الأولى من العمر تكون فترات النوم العميق الخفيف أو الأحلام حتى اذا ما بلغ الطفل شهره الرابع اخذت تلك الفترات تستقر حسب شكل محدد. والدورة عادة تستمر من ثلاث الى اربع ساعات، وفي منتصف الدورة هنالك ساعة الى ساعة ونصف من النوم العميق التي تقل فيها حركة الطفل ويصعب تنبيهه منها بأية وسيلة. وعلى مدى ساعة واحدة على جانبي هذه الفترة هنالك فترتان من النوم الخفيف والأحلام التي يأتي فيها النشاط ويذهب. وفي نهاية كل فترة من فترات الدورة التي تستمر أربع ساعات يصبح الطفل في حالة شبيهة باليقظة قريباً من الوعي ويصبح ليقاظه سهلاً، في هذه الأوقات يكون لدى كل طفل شكله الخاص من أشكال للنشاط، قد يمص اصبعه أو يلجأ الى الصراخ أو ضرب رأسه بالجدار أو يعلم السرير حسب ايقاع رتيب، ان هذا السلوك يجعله يؤدي وظيفة هامة وهي تفريغ الطاقة التي يكون قد اخزنها طوال اليوم تمهيداً للانتقال الى الدورة التالية من دورات النوم، وعندما يصبح الطفل قادراً بجهده الخاص على ترتيب هذه الفترات القريبة من الصحو تصبح دورات النوم أكثر استقراراً ويصبح بمقدور الطفل ان يمدّها الى دورات أطول وعندها يمكن أن يظل مستغرقاً في النوم ثماني ساعات بل

واثنتي عشرة ساعة دفعة واحدة.

على أن معظم مشاكل النوم عند الطفل يحدث بين السنة الأولى والسنة السادسة من العمر وهناك عدة أسباب لذلك:

فأشكال النوم تتبدل روائياً كما أن هناك فروقاً فردية بين حاجات الأطفال وفي هذه السن تبدأ مشاكل الرعب لثناء النوم والسير اللواعي ليلاً.

إن الخصومات بين الآباء والأطفال تبدأ عندما يحاول الولدان إرغام طفل مكتمل للصحو على النمو فالنوم ليس شيئاً يحاول الإنسان أن يقوم به أو يقدر عليه، فالإنسان قد يكون في لحظة من اللحظات مستيقظاً وفي اللحظة التالية يكون مستغرقاً في النوم وعلى الوالدين بدلاً من إرغام الطفل على النوم أن يهيئ الظروف الملائمة التي تجعله في حاجة إلى النوم بحيث يمضي إليه راضياً.

كيف تواجه مشاكل النوم؟ تضع الأم رضيعها في مهده ولكنه يظل يصرخ فما الذي ينبغي أن تفعله؟ عليها أن تستجيب على الفور والا تترك الطفل يصرخ حتى تتحطم أعصابها فلا تعود تقوى على بكائه لتراجع في مخيلتها كل الأمور التي قد تكون سبباً في بكاء الطفل كوجود دبوس مفتوح في ثيابه أو بلل مناشفه، أو مخص فيإذا فتشت الأم عن كل الأسباب التي تتخيلها وتبين لها أن الطفل لا يعاني أيّاً منها فلتتركه يصرخ كيف يشاء أما إذا أهملته من اللحظة الأولى دون أن تحاول أن تتبين على شكواه ثم اضطرت إلى الاستجابة في نهاية الأمر واخذت تغض عن علة الصراخ فلن الصغير سيتعلم أن كثرة الصراخ وسيلة مضمونة لدعوة الأم.

الخوف: مخاوف الأطفال لثناء النوم تزداد في السنة التي تسبق ذهابه إلى المدرسة وكثيراً ما تظهر المخاوف بشكل أحلام عن الوحوش أو الظلام،

والصغير المصاب بهذه المشكلة يرهب النوم تحسباً لمن ينتظره من مشاهد مخيفة، فدماغ الطفل في هذه السن سريع التطور وجهازه العصبي واقع تحت ضغط مستمر كي يتلقن كل جديد، فإذا سمعت طفلك يصرخ بأنه خائف اذهبي اليه واسأليه عن السبب فإذا قال ان هناك تمساحاً ما تحت السرير فأجيبه حسناً، دعنا نبحث عنه ونشرع ان في البحث معاً اذا واجه الانسان الخوف فإنه يستطيع القضاء عليه ولكن على الوالدين ان يحذرا الوقوع فريسة لتلاعب الطفل.

عندما يعرف الطفل الموت يأخذ في الخوف من النوم لأنهما شبيهان وعندما كان للكاتب السوفييتي الكبير فيودور دوستويفسكي في الخامسة من عمره كان يضع رقعة على وسادته مكتوباً عليها: أنا لم أمت، بل انا نائم الرجاء ان تنتظروا خمسة ايام قبل أن تكفوني" على الوالدين ان يؤكدوا للطفل ان النوم والموت ليسا شيئاً واحداً فإذا عولجت المشكلة بهذه الطريقة وجدت انها قد ذهبت من تلقاء نفسها.

الكوابيس: اذا أخذ صغيرك يصرخ ليلاً وأدركت انه مصاب بكابوس أو حلم مزعج احرصي على ألا توقظيه لأنك اذا ليقظته من حلمه المزعج فإنك انما تهينين له فرصة تذكر الحلم، اما اذا استمر في النوم بدون ان توقظيه فإنه لا يذكر الكابوس في الصباح بعد انقضاء وقت عليه. اما اذا استيقظ الطفل مذعوراً من تلقاء نفسه فكوني الى جانبه وواسيه ولكدي له ان الأمر ليس أكثر من حلم كريه.

الرعب الليلي: وهذا يختلف عن الكابوس والرعب الليلي ينشأ عن تأخر في نضوج الجملة العصبية وهو يحدث أثناء مراحل النوم العميق وعندها يستيقظ الطفل من نومه مرعوباً خائفاً ويأخذ في الصباح وترتفع نبضات قلبه

ويسرع تنفسه ويشعر كأن الموت يحاول خطفه ويحس بشيء يضغط على صدره ويكاد يمنع أنفاسه، وفي العادة لا يذكر الطفل المصاب بالرعب الليلي سوى صورة مخيفة واحدة. إن إشاعة الطمأنينة في نفس الطفل كافيان لتهدئة مخاوفه.

**المشي أثناء النوم:** إن حوادث المشي أثناء النوم تختلف مدتها بين أسرة وأسرة، فهي قد تستمر بين نصف دقيقة وبضع دقائق، المسائر دائماً لا يعي ما حوله ابداً ولو أن العينين قد تكونان مفتوحتين تماماً وتكون الحركات المتوترة مكرورة، فإذا خاطب أحدهم الطفل وهو في مثل هذه الحالة فقد يجيب أجوبة غير واضحة وكأنه منزعج أو مشغول وبعد أن يصحو للطفل من نومه لا يعود يذكر شيئاً عن الحادثة، ولم يتمكن علماء النفس بعد من تسجيل أي خلل عاطفي وراء هذه العادة والأطفال عادة يتخلصون من هذه الحالة بعد تقدمهم في العمر، وكل ما يستطيع الوالدان عمله هو مراقبة الطفل أثناء السير مراقبة دقيقة لئلا يؤدي نفسه وعليهما إقفال الباب الخارجي للبيت إقفالاً محكماً.

**سلس البول:** وهذا أكثر مشاكل النوم شيوعاً، وهو عادة يحدث خلال الثلث الأول من الليل، هناك نوعان من السلس البولي بدائي وثانوي والنوع البدائي متوارث في العادة وعلاج هذا النوع يكمن في طمأننة الطفل، أما النوع الثانوي فأسبابه تختلف ويجب أن يحاول الوالدان التعرف عليها فإذا نظف الطفل مدة طويلة ثم عاد إلى تبليل فراشه ليلاً فقد يكون لازماً إجراء فحوص طبية عليه وهناك تدريب على المثانة يمكن أن يساعد الطفل على التحكم بها. إن الانتقال من أمن المهد إلى حرية الفراش شيء هام في حياة وبل يمكن الوالدين تسهيل عملية الانتقال هذه الأساليب شتى كمرافقة الطفل إلى السوق لشراء أغطية سرير.



## ((رياضة الطفل))

قديماً عندما كان أجدادنا يعيشون في الريف أو البادية، كانوا يتحدثون عن قوة أجسامهم ومناعتهم ضد الأمراض، وعند تحليل هذه الظاهرة نكتشف أن أطفالهم كانوا يأخذون حظهم من الهواء النقي المفيد في تقوية الرئتين ونقاء الدم وكان يأخذون حاجتهم من أشعة الشمس التي كانت تكسب عظامهم قوة ومتانة، فهل يأخذ أطفالنا اليوم حظهم من الهواء النقي ولشع الشمس الدافئة؟

الجواب تعرفه الأمر التي كتب عليها أن تعيش في علب الاسمنت النسي تملأ المدينة، وتحرم أطفالها من النمو السليم في أحضان الطبيعة!

يساعد الهواء النقي على تقوية رئتي الطفل ونقاء دمه، بينما تزيد أشعة الشمس بما تحتويه من الأشعة فوق البنفسجية جسم الطفل مناعة وتكسب عظامه متانة وقوة.

وفي خروج الطفل من المنزل خير تعويد له على تقلبات الجو، فيكسب جسمه القوة على احتمال البرد ولنا في الأطفال الذين يلعبون على شواطئ البحار خير دليل على ما للهواء النقي ولشعة الشمس من التأثير النافع في صحتهم.

### خروج الطفل

يسمح للطفل بالخروج بعد ولادته بأسبوع في فصل الصيف وبعد نحو شهر في فصل الشتاء وخير وقت لخروج الطفل في الشتاء هو وسط النهار بين الساعة العاشرة صباحاً والثالثة بعد الظهر أما في فصل الصيف حيث الشمس شديدة الحرارة، فيكون الخروج في الصباح والعصر. ومن الواجب أن

يخرج الطفل للتنزه يومياً على أن يكون وقت الخروج في أول الأمر قصيراً، مدة نصف ساعة مثلاً ثم يزداد للوقت تدريجياً، ولا تزيد مدة التنزه في الأطفال الرضع عن ثلاث ساعات وهي للفترة بين رضاعة وأخرى.

أما في الأطفال الكبار فتكون أطول من ذلك ويحسن أن يذهب الطفل الصغير إلى حديقة التنزه في عربته لما بعد السنة الخامسة فيمكنه أن يمشي في صحبة والدته أو مربيته من المنزل إلى الحديقة إذا كانت المسافة قريبة.

### الاحتياطات عند الخروج

على الأم عند خروج طفلها أن تلاحظ ما يأتي:

١- انتقاء الملابس الملائمة لحالة الجو ففي فصل الشتاء تكون الملابس

ثقيلة، أما في فصل الصيف فتكون الملابس خفيفة.

٢- تغطية وجه طفلها بغطاء يقيه التراب والذباب.

٣- أخذ غيارين من ملابس الطفل حتى يمكنها من تغيير الملابس للمتنعخة إذا لزم الأمر.

٤- إذا كانت الأم أو المربية ستحمل الطفل فيجب أن تأخذ معها مظلة "شمسية" لتحمي الطفل بها من حرارة الشمس الشديدة في الصيف ومن المطر في الشتاء.

٥- يجب على الأم أو المربية أن تحذر إعطاء الطفل أي أكل من الباعة المتجولين الذين يكثر وجودهم عادة حول متنزهات الأطفال لتلوث هذه المأكولات بجراثيم خطيرة، ويجدر بها أن تأخذ معها مأكولات خفيفة البسكويت أو بعض الفاكهة. وذلك إذا كان الطفل مفطوماً، أما في سن الرضاعة فلا يعطي الطفل شيئاً مطلقاً؟

## العريسة

يحسن استعمال عربة لنقل الطفل، إذ إن حمله يعيق تنفسه وحركته ويؤدي إلى الضغط على جسمه خاصة إذا كان الطفل ثقیلاً، فإن حمل الطفل بضايقه ويؤدي إلى إرهاق وتعب المريية أو الأم ويجب عند شراء عربة الطفل ملاحظة ما يأتي:

١- أن يكون لها غطاء جلد يمكن نشره وطيه ليحمي الطفل من المؤثرات الجوية كالرياح وأشعة الشمس والأمطار.

٢- أن تكون العربة مرتفعة حتى يكون وجه الطفل بعيداً عن السراب الذي يتصاعد من الشارع ولتقاء السير.

٣- ألا تكون جوانب العربة عالية حتى لا تمنع وصول الهواء النقي إلى الطفل.

٤- أن يكون صندوق العربة مرتكزاً على أربع عجلات ذات إطارات من الكاوشوك حتى تقلل من وصول الصدمات الناشئة من منخفضات الطريق إلى جسم الطفل..

٥- يفضل أن تكون العربة ذات مقعدين متقابلين، وبينهما مكان منخفض لوضع القربة أو الزجاجاة المحتوية على الماء الساخن.

ومن الواجب عند استعمال العربة ملاحظة الأمور التالية:

أولاً: يجب الإقلال من رفع الغطاء في حالات المطر أو الريح الشديدة وإذا اضطرت المريية إلى رفع الغطاء يحسن بها تجنب السير تحت أشعة الشمس ما أمكن.

ثانياً: يجب أن يردد الطفل في العربية بحيث يكون وجهه مقابل لوجه المربية التي تكفح العربية بيدها حتى يكون دائماً تحت ملاحظتها.

ثالثاً: يجب الحذر عند إززال العربية من الرصيف الى الشارع بحيث يكون ذلك بهواده، حتى لا يكون لتحدار العربية كبير فينقلب الطفل داخل العربية أو خارجها فيصاب بأضرار بليغة نتيجة ذلك.

### الاحتياطات في الحديقة

اما في الحديقة فيجب اتخاذ الاحتياطات التالية:

- ١- يجب أن تمنع الأم أو المربية الطفل من اللعب مع غيره من الأطفال فكثيراً ما يكون أحد الأطفال مصاباً بمرض ما كالأنفلونزا أو السعال الديكي، فينقل المرض الى غيره من الأطفال الأصحاء.
- ٢- يجب أن تراقب الأم أو المربية وهو يلعب حتى لا يصاب بضرر كأن يلعب في التراب ثم يدعك عينيه.

### ((الفباء مشاكل الطفولة))

لا يسلم الطفل من مشاكل في تصرفه وسلوكه فهو من وقت لوقت يتصرف بطرق تورث الغم والهم والكتابة.

ويذهل الأبوان لما يريانه ويلاحظانه، بعض الأطفال يفرطون في الحياء، أو الخوف، أو العدوان، أو الفوضى، أو القذارة وقلة الترتيب، بعضهم يغلب عليهم الحزن أو التوحش، بعضهم يكذب، أو يسرق أو يتصرف بشكل يقلق الآباء والأمهات ويصدمهم، وهناك أطفال لهم مشاكل صحية بدنية فرط البدانة، أو التبليل في الفراش مثلاً، وهنا يكون للعوامل العاطفية دور.

وفي خلال ذلك تنهال المعلومات عن مشاكل الأطفال النفسية، ويكثر استعمال مصطلحات "قرط الحركة" و"التقصير في التعلم والحفظ" ويعجل بعض الآباء والأمهات دون ترو إلى وصم صغارهم بشيء من هذه العيوب حتى لو كانوا أبرياء منها سالمين من آفاتهما.

ومساعدة منا للآباء والأمهات على تصنيف هذه الصفات وتفهيمها تفهماً كاملاً رأينا ان نزودهم بقاموس يتضمن أكثر المشاكل السلوكية والعاطفية شيوعاً وانتشاراً ومن غير الممكن سرد جميع المعلومات التي يعرفها الأطباء ولكن فيه توضيح لمعاني المشاكل التي يشكو منها أطفالهم، منها ما في وسعهم تصحيحها بأنفسهم ومنها ما تحتاج إلى الاستعانة بالمتخصصين في هذا الحقل.

### العدوانية

يبدو من جميع الأطفال في وقت من الأوقات عمل عدواني، وليس في هذا ما يقلق الأبوين ويملاً قلوبهما هماً، ولو أظهر طفلهما عدوانية بالضرب أو للركل (فقد يحتاج الطفل إلى زجر وعقاب) بيد أن بعض الأطفال المسيرفين في نشاطهم والاندفاعهم لا يستطيعون كبت مشاعرهم ولجم حيوييتهم، فهم يفقدون السيطرة ويتصرفون بعدوانية، هؤلاء لا يفيدهم العقاب في شيء بل الأفضل ان تفهم السبب الذي تولد منه الحادث وان كانت الأم متيقظة فإنها تتدخل قبل فقدان الطفل لسيطرته.

وفي الوقت نفسه يجدر بالأبوين ان ينتبها لتصرفاتهما ولموافقهما، فبعضهم يشجعون الطفل على لحراز الرجولة، ويباركون الطفل اذا أبدى قدرة على القتال، واذا تماديا في تشجيعه فإن من شأن هذا ان يضاعف من عنفه والتصرف العدواني المتواصل حتى تقدم الطفل في العمر ولازمته تلك الروح

العدوانية فإن عاداته تكون مستمدة من عارض مستوطن بين الأسرة، لو تكون خلاً نفسياً، وإذا كان تصرفه مترافقاً مع نزعة انتهاك حقوق الغير، ربما سرقة أشياء الأطفال الآخرين، وهنا يحتاج الطفل الى المعالجة المستمرة لتقدير نسبة ما قد يتعرض له في المستقبل القريب من اغراض تكون له نتائج سيئة تؤثر في حياته بل وتفتح حياته بوسم لا تمحوه الأيام.

### القلق

قد يقلق الصغير تجاوباً مع توتر نفسي معين توقعات لا تتحقق، مشاكل عائلية، ضغط مفرط في المنزل أو في المدرسة، مثل هذه الحالات تتطلب تصحيحاً للوضع المتسبب عن الضغوط المختلفة بيد أن بعض الصغار يكون قلقهم مزمناً، فلا يفكرون يظهرن الاضطراب، فهم دائبون على التساؤل عما يمكن ان يقع ويكون له أثر مضر بهم، ويكثرن من التحصب لما يأتي به الغد. لو يفكرون خائفين بصحتهم (أو بصحة نوبهم)، أو تتشأ فيهم اعراض بدنية كجفاف الفم والصداع، أو رغبة القلب، ولطفل القلق باستمرار يكون في العادة مميزاً، مبالاً الى الاكتئاب، والابداع لا يصده شيء عن انتقاد نفسه، وقد تعوزه العناية المتخصصة، ولا يغيب عنك ان الصغير القلق، أبواه يعانيان القلق أيضاً، وهما يحتاجان مثله الى العناية المتخصصة.

### كلام هذيء

يقوم معظم الأولاد بالتفوه بكلمات الشتيمة. ومع أن الأبوين يمتنعان عن ذلك ويكتئبان، الا ان الكلام غير اللائق هذا لا يعتبر مشكلة وعندما يلفظ طفلك كلمة مقنعة من اربعة احرف لا تعتري هذا حديثاً مزعجاً ولكن لا تتجاهليه ايضاً قللي له بصراحة " ان هذه الألفاظ لا نسمح بها في بيتنا"

(والجدير بنا ان نتذكر ان الصغار يقلدون أبويهم فإن كانت ألفاظكمسا غير مهنبة فلا تتسببا ابنكما سوف يحذو حذوكمسا).

### مشكل النوم

إذا امتنع الطفل عن احتلال فراشه في الليل فقد تكون ايقاعات نومه غير رتيبة فهو لا يشعر بالنعاس في وقت معين كل ليلة. ولك الحق بتحديد ساعة النوم ولكن يجب أن لا نرغمه على النوم، اسمحي له بالقراءة او اللعب في فراشه الى ان يداعب الكرة الخفيفة.

كثير من الصغار يستيقظون في هزيع من الليل ويحاولون الانتقال الى فراش أبويهم، فإذا كان الخوف سبب محاولة للصغار، أو كان قد تعرض لأحلام مزعجة، خفي عنه بحدث لطيف <sup>هنا</sup>، ولكن ارجعيه الى فراشه، وافرضي عليه ملازمته، أحياناً يكون نومه معكما موفياً وسهلاً، ولكن متى انقلبت المحاولة الى عادة يصعب تخليصه منها مهما فعلت.

### التبليد في الفراش

ثمة نوعان من التبليد في الفراش، فالمبيل الأساسي طفل صغير لم يتعلم قط ضبط مثانته في الليل، والمبيل الثانوي هو طفل لم يكن التبليد عادة فيه، ولكنه فجأة يبدأ التبليد بعد حادث ضار، أو وضع ضاغط (مشاكل عائلية أو مدرسية، أو مجيء طفل جديد) في كلا الحالتين لا توبخي الصغير أو تعاقبيه، لأنك بذلك تعقدين المشكلة وتضيفين إليها . للمبيل الأساسي برامج مسككية تعلم الصغير التحكم بنفسه . ولا بأس من الاستعانة بطبيب الأطفال فقد تجددين عنده الحل الملائم، ولكن اعلمي ان الأطفال لا يبدؤون في التحكم بمثاناتهم في وقت واحد ومن واحدة، فإذا تأخر ابنك عن غيره ، فلا تيالي فهو لن يلبث ان يقلع

عن عائلته.

أما المبلل الثانوي فأفضل طريقة تحليل بها المشكلة هي باكتشاف ما يعانيه من ضغوط، ولكن إذا طال الأمر، وبخاصة إذا رافقته أغراض أخرى، فمشكلته تكون اعظم مما تتصورين وبالتالي فإنه يحتاج الى المزيد من المساعدة.

### التحدي والاستخفاف

للتحدي موقف يتخذه جميع الصغار في وقت من الأوقات، وأكثر الآباء والأمهات يعلمون كيف يعالجون مشكلة التحدي، كما أن العناد والمقاومة والتصرف المعارض موقف يلجأ اليه الأطفال وهم في السنة الثانية من أعمارهم، ولهذه يطلق عليها اسم السنتين القظيعتين، انها مرحلة عابرة، اما التحدي المتواصل فهو غالباً ما يكون نتيجة حالة غير سوية في المنزل، ولكن ان ساد الهدوء المنزل، واتفق الأهلون وتهادنوا، فالحالة تكون هياجاً عصبياً مزاجياً، فالطفل قوي الارادة بطبعه، وعلى الأم ان لا تشتبك معه فسي عراق كلامي لا طائل تحته، فذلك يزيد من سوء الحال، ويقلقك لتصبحي في مستوى ولحد معه، حاولي ان ترسمي له قوانين واضحة لتصرفاته، واصري عليه أن يخضع لها، وهذا عظيم الأهمية متى كانت سلامته تعتمد على هدوئه واستقراره، والطفل الأكبر سناً الذي يتمادى في عناده وتحديه سواء في البيت أو المدرسة يكون متعرضاً الى مشكلة اعق، وبالتالي لا مناص من توفير المساعدة المتخصصة له.

### الكآبة:

الطفل يتألم من الكآبة كالبالغ سن الرشد وكالمتقدم في العمر،



والأعراض الأولى التي تنشأ عنها هي قلة النوم وبخاصة الاستيقاظ من الصباح الباكر ثم تأتي أعراض عن نشاطات كان الطفل يحبها ويتمتع بمزاياها، والابتعاد عن الناس، والحزن، وحتى التفكير بالموت (ولكن الانتحار قلماً يقدم عليه الطفل، وهو قليل أيضاً بين الأحداث). فإذا اتضحت هذه الكآبة، فعلى الوالدين أن يستشير الطبيب بشأنها لأنها مشكلة غير عصبية على العلاج.

بعض الأطفال يظهرون الوفاء والرزانة من نعمة اظافهم فهذه طبيعتهم ومن الصعب ابدال تقطيعهم بابتسامه، فلا يجوز خلط هاتين العائتين مع الكآبة، كما لا يجوز اعتباره حزناً عابراً مرضاً كالكآبة، فللحزن هذا سبب كمرض موت عزيز على قلبه، ومتى اختار الموت احد اعضاء الأسرة فلا تمنعي طفلك من المشاركة في العزاء والحداد، شجعيه على التعبير عن مشاعره.

### مشاكل الأكل

إذا امتنع الطفل عن الطعام فعنى ذلك انه لا يشعر بالجوع، ويكون هذا أحياناً لتعكر المزاج فيتمرد على النظام المتبع كل يوم، وهذا أمر لا يستحق الالتفات، لأنه سيجوع وسيأكل (ضعي في البراد طعاماً جاهزاً يأكله متى شاء).

وبعض الأطفال يختارون ويفضلون، وقد يثورون لأن الطعام حار، أو لأنه غير طيب، ويصر للطفل على لون دون آخر، حتى لو لم يكن هناك فرق يذكر، وهذا يضايق الأبوين ويؤلمهما، ولكنه أمر لا يتعمده للطفل، انه راجع الى المزاج أيضاً ومثل هذا الطفل اكثر حساسية في سواه، يشعر بالفرق حتى لو لم يشعر به الكبار، فابذلي جهدك لترضيه وترضي نزواته.

## الخوف

الخوف من الظلام، ومن الصوم، ومن الرعود، هو خوف شائع بين الأطفال الذين لم يلتحقوا بعد بالمدارس، أكدي للطفل سلامته دون ان تخوضي بإسراف في مخاوفه، فإن كان يخاف الظلام مثلاً وفري له ضوءاً لليل، فمثلاً هذه المخاوف تكون في العادة عابرة لا تثبت ان تتلاشي.

لما اذا كان خوفاً هلعاً فحاسبني نفسك، هل تتقلي مخاوفك اليه. وهناك ظروف وأحوال تبعث الخوف في القلب، ومن الحكمة مثلاً ان تحذريه من الأعراب الذي يظهرون الصداقة والود، والطفل القلق خوفاً بطبعه وطبيعته.

ويصاب بعض الأطفال بالرغبة، خوف شديد من شيء قريب منه (من الكلاب مثلاً)، أو من حادث مفاجئ (كتعطيل المصعد) ويكون الخوف هائلاً تنجم عنه اعراض بدنية، والرهاب مرض يعالج بأسلوب يسمى "إضعاف الحساسية الجهازي" وبه يرضى الطفل خطوة خطوة على التعامل مع الشيء الذي ينشر الخوف في قلبه.

### نشاط على نحو مفرط

سخوا في استعمال هذا الاصطلاح حتى وقعوا في الخطأ الجسيم، فموضاً عن الاكتفاء ببعد واحد له في تصرف الطفل أعطوه معاني أخرى، واستعملوه في تشخيصهم لحالات كثيرة مما أربك الأهل وجعلهم يظنون الظنون، وينظرون الى طفلهم نظرهم الى انسان فيه شذوذ أو يعاني من عاهة، فالطفل قد يكون عظيم النشاط في أمر ومعتدل في أمر ثان، وقليلة في أمر ثالث، ولا شك أن الساعات المختلفة من النهار، ومزاج الطفل، وللطريقة التي تعامل بها تؤثر في مستوى نشاطه، إذن متى يكون فرط النشاط مشكلة تقتضي

المعالجة ؟ إذا كان الصغير يتعلم في المدرسة ولا يستقر ولا يهدأ، ويظهر اعراضاً أخرى كالانفصاف، والتهور، وقلة الاهتمام، والتصرف غير السوي في المدرسة فينبغي تقييم حالته، فالتشخيص الذي يظهر قلة الانتباه مع فرط النشاط، وهذا يلم بثلاثة بالمائة من الصغار (معظمهم صبيان) يستطيع الطبيب المتخصص أن يعالجه بنجاح. أصدقاء وهميون واسعوا الخيال يبتدعون الأصدقاء ويقصون على نوابهم ما فعلوه معاً وما قالوه وأحياناً تكون هذه البدعة مرشداً الى مشاعر الطفل الحقيقية، فإذا قال لك ان "خالد" لا يحب ركوب السيارة، أو ان "سمر" لا تريد زيارة عمته ، فلا يصعب عليك معرفة ماذا يعني، ويختفي حديثه عن الأصدقاء مع مرور الزمن.

ولكن هذا يجعل الأبوين يجارون طفلهم في لعبته وكأنهم يعتقدون ان الأصدقاء موجودون فعلاً، وهذا لا يؤدي ان جرى بروح مرحلة فرحة، ولكن ان تمادى الطفل في حديثه، واتفق جميع وقتة في التحدث عن أصدقائه الوهميين، غافلاً عن زملائه. ولقرانه في المدرسة، فمعنى ذلك انه قليل الأصدقاء، أو انه منعزل عنهم، لذا يجب مساعدته لعقد صداقات مع من في عمره. لأن الصغير الذي ينسحب الى دنيا الخيال يحتاج ولا غرو الى مساعدة.

### قلة الثقة :

معظم الأطفال ينتقدون أنفسهم في مناسبات ولكن الطفل الذي يردد دائماً: "أنا رديء" أو "أنا أحمق عملاً" يكون قليل الثقة بصورته الحقيقية (والطفل الذي يفتش ويخدع في لعبته يكون هو الآخر مشوه الصورة) ، أحياناً تكون قلة الثقة من إشراف أهل في المطالبة بالعمل الحسن الممتن، والطفل الذي يشكو

من مشاكل تعليمية، وبخاصة إذا لقي نفسه في وسط مدرسي غير ملائم يترض لتثوه الصورة، والأولاد الذين يعاكسهم الغير ويعيرونهم بالبدانة مثلاً أو بتبذيل الفراش يتعرضون كذلك الى الاستخفاف بذاتهم واعتبار انفسهم اقل مكانة ومقدرة من سواهم، وكثيراً ما يستطيع هؤلاء كسب الثقة متى تم تصحيح الوضع المؤدي الى هذه المشكلة، اما اذا كانت الصورة المشوهة لنفسه راسخة فيه متشبثة بأفكاره، فإنها تصبح علة ينجم عنها القصور والتخلف، وعلى الطبيب النفسي ان يبذل رأي هذا الطفل بمقدرته وذكائه ومستواه العقلي.

### عسر التعلم

هذا الاصطلاح يغالى في استعماله، ويقع الخطأ في تطبيقه، انه وصحته لا يستحقها الطفل في أغلب الأحيان، فالطفل الحائز على نكاء طبيعي قد يصادف المصاعب في التعلم والأسباب متعددة. قد يكون سمعة ثقيل، قد يكون نظره ضعيفاً، قد تكون مصاعبه ناجمة من أمور عاطفية، والبعض منهم يعوقهم قلقهم عن التعلم، كما أن البعض يكون بطيئاً عن تطوره، فالتطور يختلف سرعته بين فرد وفرد لما عسر التعلم الحقيقي فيتضح متى عانى الطفل صعوبة عقلية في معالجة المعلومات وإذا قال لك معلم تحترمه ان ابنك يعاني من مشكلة في التعلم، فخير ما نفعله من أجله هو اخذه الى اختصاصي يستطيع تقويم طبيعة وخطورة المشكلة (ان كان هناك مشكلة) ويعرف طرق معالجتها.

### الكسب

يكذب الصغير لسبب معلوم هو للتصل من عمل قام به، فإذا حطم مزهية مثلاً فلن انكاره يبدو له تخلصاً عملياً من مازق، فإن كنت متيقنة من انه الفاعل قللي له ذلك وطالبه بالانتباه والحذر، لا تشيري ضجة كبيرة لأنه

كذب، فالطفل الواسع الخيال ينسج القصص من خياله، ويزعم لأمه أن جسماً عجيباً أخضر اللون قد عث بحجرته وأشاع فيها الفوضى، بيد أن الطفل متى ترعرع وترعرع معه كذبه، فمشكلته تكون كبيرة، وهمه في المستقبل اكبر إن لم تبادري مع إبيه إلى تقويم الاعوجاج بالوسائل المتوفرة من طبية ونفسية.

### الكابوس

الكابوس الذي يلمّ بالإنسان أحياناً ليس بذي بال، ومعظم الصغار يتعرضون للكوابيس وغالباً ما يكون رد فعل لحادث مريع، ولكنه في حالات كثيرة لا يكون له سبب. طمئني طفلك إن الليقطة الكابوس، وعودي به إلى غرفته بعد أن تزيل خوفه، إلا أن الكابوس قد يشير إلى مشكلة أشد عمقاً، وخاصة إذا كان الصغير خائفاً وقلقاً، ولا بد هنا من اللجوء إلى أخصائي ذي خبرة.

ثم هناك السرعة (المشي في النوم) وأهوال الليل، وفيها يضج الصغير ويصرح، ولكن لا يستيقظ بسهولة، وهذا على الأرجح سببه موجة دماغية شاذة ويجب في هذه الحالات الاستعانة بطبيب نفسي متخصص.

### السمنة

من السهل معالجة الطفل الصغير متى كان مفرط السمنة، وطبيب الأطفال قادر على مساعدتك، والعديد من الأولاد في المدارس يكتفون قليلاً، ولكنهم يفقدون الأصناف هذه في سن المراهقة، والأم تستطيع فرض حمية على الطفل البدين نقل فيها المواد الغنية بالشحم والدهن، ولا توبخي الطفل إن لم يتقبل الحمية، وأنبهك إلى أمر أخطر شأنه هو الدعاية المشربة بالتهكم، إياك والتهكم على ابنك المسمينة، فهذا ينشئ فيها عقدة أو يضيف إلى العقدة التي

تكونت في المدرسة بسبب سخرية التلامذة وهزئهم.  
وعلى الأبوين ان يعيرا الأمر اعظم اهتمام ان علماً ان السمعة ساهمت  
فيها عناصر وعوامل عاطفية وكل صغير يؤثر الوحدة قد يزداد وزنه لقلة مسا  
يؤديه من حركات وألعاب رياضية، فمثل هذا الصغير يحتاج الى مساعدة ولا  
ينبغي للأبوين ان يغضوا الطرف.

أما الصغير المرح المتفائل وان زاد وزنه قليلاً، لا يكون مصدر قلق  
لأبويه، فالزيادة هذه تخف وتقلص ولا يبقى لها أثر.

### الحساسية البدنية

لبعض الصغار حساسية مفرطة لأشياء معينة مثل قماشة الثياب ومنظرها،  
الأضواء الماطعة والأصوات الصاخبة، طعم أنواع من المأكولات، هؤلاء  
الصغار قد يشعرون بالداء الشديد حين يكون للجميع يشعرون بالبرد، وإذا  
اصيبوا بجرح سطحي يغالون في مرضهم.

هذه الحساسية هي مزاج نشأ في طفلك وغداً طبعاً فيه، وغدت الحساسية  
جزءاً منه، وتحدث للمشاكل في البيت وانت تطعمينه أو أنست ثلبسينه فلا  
تتجرفي بشعور الغضب أو الكمد، واعلمي ان مثل هذا الصغير يختص  
بأدوات فردية قوية، وليس ذلك لتتصر أدواقه ان لم يكن لانتصارها ضرر  
عليه وعلى صحته، احترمي فردية ابنك أكثر من اهتمامك بأقوال المسمعين  
والمبصرين.

### مشاكل اللبس

يتوانى بعض الأطفال ويحاولون الامتناع عن اللبس في الصباح ، ولا  
يتحركون الا بشيء من الحزم وتثور مشاكل اللبس لحياناً متى كرمت الأم

حياتها على الطفل، وكل طفل أسرف في تدليله تنتازعه مشاعر التمسدد لأنهم بالتدليل الفسوده، لهذا على الأم المتقانية ان تتراجع قليلاً عن عاداتها وتظهر الشدة والحزم فيما يتوقع من طفلها، حتى يفهم هو ذلك فيقطع عن الخطر.

وإذا أظهر الطفل حساسية ما، فليختر ثيابه بنفسه، بذلك تسلمين ويمسلم هو من احتكاك ومشاكل لا تنتهي، فقد يكون هذا طور من أطواره العابرة او مزاج خاص، او في الأكبر سنّاً مشكلة خطيرة.

### أعراض نفسية بدنية

هذا اصطلاح لأعراض بدنية لها مكون عاطفي أحياناً يكون السبب واضحاً، فقد يشتكى الطفل من صداع في صباح يوم امتحان في المدرسة، فلا نفترض ان الطفل يلفق ويتظاهر، ففي أغلب الحالات يكون الشعور بالاضطراب والصداع حقيقة، حتى لو غاب السبب البدني، أحياناً أخرى يكون السبب غير متضح، أو قد يعكس شعوراً عاماً بالقلق، وإذا اشتكى الطفل مراراً من الصداع وآلام المعدة (وهما أكثر الاعراض النفسية البدنية انتشاراً بين الصغار)، فأول خطوة تقومين بها هي اجراء الفحوص الطبية الشاملة، فإذا لم يكن السبب مشكلة بدنية فإنه يكون على الأرجح نفسياً، أو إفراط أعضاء الأسرة في قلقهم واعارتهم القضايا الصحية أهمية كبرى.

### مشاكل الانفصال

ممانعة الطفل في الانفصال عن أمه امر معروف يمكن اعتباره طبيعياً، فعندما يترك مع جليسة في مدرسة الحضانة يبكي الطفل ويتشبث بأمه لهذا اتبعت مدارس الحضانة مؤخراً أسلوباً جديداً يتيح للأم المكوث مع طفلها وقتاً قصيراً.

والقلق من الفراق مع الأكبر سناً شق وأشد خطورة، فربما يرفض الصبي في الصف الأول الذهاب إلى المدرسة في حالات كهذه المسماة "رهاب المدرسة" تكون علاقة الأم بابنها متينة ووثيقة، حتى الأم نجدها مشفقة من الفراق متمنية أن يمكث ابنها معها، في حالة يحتاج الاثنان إلى المساعدة .

### الحياء

هناك صغار حياؤهم لا كبح له، يكون طبعاً فيهم، لا يحبون التجارب الجديدة أو المعارف الجدد، وإذا اخذوا إلى اجتماع عائلي يضم الأقارب، أو إلى حفلة، يقضون معظم الوقت ملتقين بثياب لمهاتهم يخفون وجوههم فيها حتى لا يروا أو يروا. وفي المدرسة ويلزمهم الحياء ولما يتخذون لهم الأصدقاء، فإذا كان طفلك حياءً فلا توبيخه أو تزجيره، أو توجهي الانتقاد اللاذع له، أو تحاولي تغيير طبيعته فهذه المحاولات عقيم تزيد المشكلة تعقيداً، والأفضل ما تعلينه مساعدة له على اجتياز هذه العقدة بهودة ورقة إلى تجارب جديدة، وإفساح المجال له لينصهر في الأوضاع المستجدة ويأمن بالأغراب، إن الحياء الطبيعي ليس كالقلق لأن القلق مرض نفسي.

### التنافس بين الأخوة الصغار

لا يجهل أهل أن الأسرة لا تسلم من احتدام الجدل بين الأخوة، بل وتفاقم الغيرة، ويجب ألا نتوقع من الصغار والكبار تصرفاً مثالياً لا يتخلله مشاكل ومتاعب. فإذا واجهت حالة كهذه وسمعت مناقشة حادة تدور بين الأخوة فلا تتحازي إلى واحد ضد الآخر، كوني محايدة فلا تلومي إلا إذا تجاوز الخلاف مألوفاً عند ذلك ضعني حداً للخلاف للناسئ دون الالتفات إلى اللبادئ، ولكن الخصام المستمر يعتبر الدليل على استئحال المشكلة، ويتهدد سلام الأسرة،



وجدير بالأبوين ان يعرفا ان حب البنين والبنات حق من حقوقهم، ولو بطرق مختلفة متباينة، حتى لو خصنا الجانب الأكبر من حبهما لواحد دون الآخر، على أن تكون معاملة الاثنين محايدة لا يظهر منها أي تمييز وتفضيل.

### التلويث

التلويث في الفراش هناك نوعان من التلويث، في التلويث الأساسي لا يكون الطفل قد تعلم السيطرة على أمعائه متى تحركت لإقراز الغائط، وفي التلويث الثانوي يكون للطفل قد درب على استعمال الإناء أو كرسي الحمام حتى شرع بحاجته الى تفريغ غائطه، ثم فجأة يعود الى سابق عهده من التلويث، ويكون السبب ظروفاً حياتية ضاغطة، الأول يستطيع ان يتعلم السيطرة على أمعائه بوضع برنامج خاص له، وفي وسع طبيب الأطفال ان يبين لك البرنامج الصالح لطفلك، اما الثاني فعليك ان تعالجي مصدر الضغط لإزالته.

وان لم تنجح المحاولة واستمر الطفل في تلوث ثيابه وفراشه فلا غنى لك عن رأي طبيب الأطفال، وليعلم الأبوان ان الطفل أحياناً يعبر عن غضبه بتلويث نفسه، وإذا كان الأمر كذلك فجدير بالأبوين ان يحاسبا نفسيهما على مسلكهما معه، ويصححا من هذا المسلك، بهذه الوسيلة تطمئن نفس الطفل، فيزول غضبه ويقطع عن عادته.

### السرقعة

الأطفال الصغار يأخذون الأشياء مثل دمية من صندوق طفل آخر، محفظة من حقيبة أمه، يلعب بها، ففكرة ملكية الأشياء لا تتطور بسرعة في ذهنه، ومتى حصل هذا لا تضخمي الحادث، ارجعي الشيء الى صاحبه

واشترحي للطفل باللغة التي يفهمها بان فعلته تعبيرة سرقة، وان السرقة ممنوعة، وسيفهم الطفل أخيراً للحقيقة اما الأطفال المترعرعون الذي يعلمون الفرق، ومع ذلك، يستمرون في السرقة، فقد يكون لصرارهم على متابعة عادتهم مؤشراً الى انحراف وقع في الوسط العائلي، وأثر في الطفل والسرقة في المدرسة أو في المخازن، يعتبر جنوحاً قبل الأولن، ويرافقه عادة تصرف مناف لأخلاقية المجتمع، وفي كلا الحالتين لا مفر للأمن من الامتنعانة بخبرة اختصاصي في هذه الشؤون.

### نوبة الغضب

انفجار الطبع أو المزاج وبخاصة لدى الأطفال الصغار يتفرع الى فئتين: الانفجار العملي، وفيه يعتمد الطفل للتعبير عن غضبه ورفضه لينال ما يريد والنوبة المزاجية وفيها يعجز عن مساعدة نفسه ويفقد السيطرة، الفرق دقيق وعلى الأم ان تفهم سبب ثورته، فإذا منعه عن امتصاص عود سكاكر لأن موعد الطعام حان، فصاح وصرخ فإن هياجه يكون مصدره الرغبة في الحصول على العود (ولعله حظي بما اراد من قبل بهذه الوسيلة)، لذا فالتهلب هو الأسلوب الكفيل بوضع الحد لانفجاره العملي، أجل ينبغي لك ان تعاملوه من موقف للقوة التي يمتاز بها البالغ من الناس ومنهم الأم، للنوبة المزاجية ينفر بها الطفل للنشيط السريع للتأثر الذي ينفجر ثم يتحول لانفجاره الى غضب ودموع، في حالة كهذه اظهري للرقعة والعطف، ذكرني نفسك بأنه لا يستطيع تمالك نفسه، احيطيه بذراعك (إذا سمح لك بذلك) او ابقى قريبة منه، اكدي له معرفتك باضطرابه وسخطه، واته ان يلبث ان يهدأ ويسكن، وان استتعت حولي افكاره عما كان السبب في نوبته.

### التقلص اللاإرادي في عضلات الوجه

كثير من الأطفال يصابهم هذا التقلص في وقت أو آخر، والتقلص الواحدة هي عادة نليل على ضغط وقتي عابر، وتتلاشى حين زوال أسباب الضغط، اما التقلص المزمن، أو التقلص المضاعف، فلهما قصة تختلف، فهما يترافقان عادة مع تصرف مضطرب أو تصرف ممنوع، أو تصرف مصدره الخوف، ويحتاج هذا العارض المزمن الى تقويم دقيق يقوم به اختصاصي محترف.

## (( الصفات الاجتماعية ))

تؤدي رغبة المنطوي في العزلة الى ضيق دائرة اصدقائه وأعدائه أيضاً فهو قليل الأصدقاء، قليل الأعداء، فهو يؤثر العزلة على الاختلاط، والفكر على العمل، يشعر بالعزلة والضيق في وسط المجتمعات الكبيرة، يدفعه حسه المفرط الى الخوف من أن يكون مثاراً للضحك والسخرية، ويميل الى ان يكون الضمير مؤدب وناقد، ومن ثم لا يظهر مواهبه، وعلى ذلك فإنه يسهل، ويحرز نجاحاً أقل من زميله المنبسط، وبسبب عدم انخراطه في المجتمع، فإنه غالباً ما يدين بلون شاذ من العقائد، وعلى الرغم من عدم تمتعه بالبريق الاجتماعي، وعدم سمعه لديه، فإنه ان عقد صداقات فإنها تنتم بالعمق، ولقد دلت الدراسات الحديثة على ان المنطوي يختار مثاله الأعلى من نماذج من الأدياء ورجال الدين، أما المنبسط فإنه يختارها من العلماء وأصحاب الصناعات، ولكن قد يحدث العكس حين يختار المنطوي أحد أبطال المخاطر حيث يبدي رغبته في تقمص شخصية تمتلك ما يفتقده هو.

المنبسط يشارك في الحفلات الاجتماعية، وحفلات الرقص ويقبل عليها بلا حجل أو ارتباك، فخور بنفسه، مهتماً بهندامه، أما المنطوي فإنه لا يهتم بهندامه طالما انه لا يجلب عليه انتباه الآخرين، يستمتع بالاستقراق في الاستبطان والأفكار، ويؤذيه الاحباط والفشل، ويفكر في آلام الناس، ولا يستطيع ان يقوم بدور ما على خشبة المسرح، كما لا يمكنه ان يقلد أصوات أو حركات الناس أمام مجموعة كبيرة، ويميل الى الخضوع، اما للمنبسط فهو يحب القيادة والزعامة.

## بين الانطواء والانبساط

هذه اللحاحات عن صفات كل من الانطواء والانبساط، تجعلنا نتساءل: أيهما أفضل، أننبسط أم ننطوي، أو بعبارة أخرى ان نربي أبنائنا في المدارس على الانطواء ام على الانبساط، يعيب المنبسط ميله نحو السطحية والتفازل المفرط، وانفقاره الى النقد الذاتي، وعدم الحساسية وتبلد الضمير، واعتقاده ان للتأمل "علة نفسية".

ويعاب على المنطوي عزلته التامة وإتانيته، وشكّه وإرتيابه، وفقدور عاطفته، وانسحابه من المجتمع.

وفي الحضارة الغربية الحديثة، يفضل الاتجاه المنبسط، حيث بوصف صاحبه بعبارات مشجعة، مثل لاجتماعي ايجابي نشيط ناجح ٠٠٠ وهكذا.

ويزعم بعض علماء النفس ان الشرق على العكس من الغرب يشجع الاتجاه الانطوائي، ولقد ذهب بعضهم الى القول: ان الحضارة الإسلامية تشجع على الانطواء، بينما المسيحية الغربية تحض على الانبساط.

وفي الرد على مثل هذا اللزعم نقول : أن الإسلام دين ودنيا وآخره ، وتجمع الرومانسية والواقعية. والمواطن المثالي في نظر الإسلام هو المواطن العامل المنتج غير المتوكل، فهو يحض الناس على المشاركة الاجتماعية ، كصلاة الجماعة، والحج، ويدعو الى التعاون والموازرة، والأخذ والعطاء، "اعمل لندياك كأنك تعيش أبداً، واعمل لآخرتك كأنك تموت غدا".

وفي ردي على هذا التساؤل : أيهما نختار ؟

أود أن أسترجع قول أرسطو : الفضيلة وسط بين طرفين كلاهما

رذيلة. افراط وتقریط. الوضع المثالي أن يكون الانسان ومطابق بين الانطواء والانبساط ، أن نأخذ بقدر من كل، وأن نربي أطفالنا في مدارسنا وبيوتنا على الاعتدال والتوسط، ولكن كيف يتسنى للمدارس هذا الجمع ؟.

يقودنا ذلك الى ضرورة معرفة الأسباب المؤدية لكل من الانطواء والانبساط .

### الأسباب التي تؤدي الى الانطواء والانبساط

يذهب بعض علماء النفس الى القول بأن ظاهرتي الانطواء والانبساط، ترجعان الى عوامل فطرية وراثية، وحجتهم في ذلك أن التميز بين السلوك المنطوي والمنبسط يمكن ملاحظته في الطفولة المبكرة، حيث تظهر على الطفل المنبسط دلائل سرعة التكيف مع البيئة، وانتباهه الزائد نحو الأشياء المحيطة به، خاصة نحو تأثيره عليها، فهو يتحرك ويتعب ويعيش وسط الأشياء في ثقة وجرأة، ويدرك ما يحيط به إدراكا سريعا ولكنه عشوائيا، وإن كان أقل خوفا من الطفل المنطوي، فإنه ينمو أسرع منه، ويختلط بالأشياء فلا يستشعر حدودا تفصله عنها وهو يدفع نفسه إليها، ويخاطر بنفسه في استكشاف ما تقع عليه يديه. أما الطفل المنطوي فإنه يميل إلى الخوف والتردد. ويعكف عن المواقف الجديدة ويقترب منها في خوف، وترقب . ويذهب دعاة الوراثة الى القول بأن هاتين الظاهرتين تحددهما أيضا عوامل داخلية فسيولوجية كإفرازات الغدد الصماء ، والجهاز العصبي المركزي وبعض التفاعلات الكيميائية والتغيرات التي تطرأ على الهرمونات، ومن ذلك ما وجدوه من تحول انطوائي الى السلوك المنبسط أثر تناول جرعات متتالية من الكحول، وقد وجدوا أنه كلما زادت درجة انطوائية الشخص كلما زادت كمية الكحول

اللزامة لتحويله الى السلوك المتحرر، كما وجد أن المنبسط رأسه سهلة التأثير بالمشروبات الكحولية حيث تكفي كميات قليلة لتحويله الى حالة فقدان الوعي التام، ولقد وجدوا أن المورفين والشاي والقهوة والأفيون تجعل الفرد ينزع الى الحساسية والانطوائية، كذلك ذهبوا الى تدعيم أثر الوراثة بما لاحظوه من ارتباط بين البدانة والانبساط والنحالة والانطواء .

وفي الرد على هذا الزعم نقول أن الملاحظة تدحض هذا، والأدلة على ذلك ما لوحظ من أن أبناء البيئات الريفية أكثر انطواء من أبناء الحضر وأبناء الطبقات الفقيرة أكثر انطواء من أبناء الطبقات المتوسطة والعليا.

وكذلك لوحظ أن التوأم الذي يتربى مع أمه يكون أكثر انبساطا من زميله الذي حرم منها، وكذلك يميل الطفل الوحيد أن يكون منطويا، وتعتمد هاتان الظاهرتان اعتمادا كبيرا على ما يلقاه الطفل من معاملة المحيطين به فالطفل الذي حرم من إشباع حاجاته الأولية والذي يجد صدرا دائما من قبل الكبار حين يريد التعبير عن نفسه لابد أن ينزع الى الانسحاب. كذلك وجد أن مواقف الإحباط التي يتعرض لها الطفل في المدرسة تشعره بالألم. ومن ثم فانه يتفادى هذا الاحساس المؤلم بالانسحاب كإحدى الحيل الهروبية من المواقف غير المرغوب فيها . كذلك الكوف على توجيه النقد الهدام للطفل ونمحه وبخس قدراته من شأنه أن يقوده الى الشعور بالنقص وعدم الثقة بنفسه. ومن ثم يلجأ الى الانطواء وكذلك التربية الاتكالية حيث يحرم من الفرص التي يتمرس فيها على تحمل المسؤولية والقيام بأدوار قيادية، من شأنها أن تدفعه الى الانزواء في المناسبات التي تتطلب مثل هذا السلوك كذلك غلق الطريق أمام الطفل والسيطرة عليه والافراط في القسوة والعنف واللكبت والحرمان

والاهمال والمعايرة والتوبيخ وما الى ذلك، له اثر في اتجاه الطفل نحو الانطواء او الانبساط . وللمدارس وأسلوب التربية أكبر الأثر في هذا .

الواقع أننا لا نستطيع أن نزع ان الانطواء والانبساط اكتساب صوف، أو وراثه محضة، ولكن الانسان ابن الوراثة والبيئة معا. فالوراثة تضع البذور وتحدد الاطار العام الذي لا يمكن أن تتعداه العوامل البيئية. فالبيئة لا تخلق من العدم، والوراثة وحدها لا تجدي ... إنما لا نستطيع أن نحول الأقسام الى عملاقة، ولا البلهاء الى عباقرة، ولكن بنور البرتقال مثلا تحسوي على شجرة برتقال. ولا تستطيع تربية كائنة ما كانت أن تجني من بنور التفاح برتقالا .

كذلك للتربية الصالحة لنمو البرتقال قد تكون من العوامل المعوقة لنمو التفاح ... وهكذا فإن البيئة تصقل وتوجه النمو ، وتسمح بالنكاه مثلا أن يخبو أو يظهر ثم توجه سيره وطريقه، فإما تفوق في العلم أو في "الجريمة".

إذا قبلنا أن الشخصية الانسانية محصلة لتفاعل مجموعة العوامل الوراثية والبيئية، يبقى تحديد الأهمية النسبية لكل منها أمر بالغ الصعوبة ... على أنني أميل الى استخدام لفظ الوراثة بمعنى كل ما يولد مزودا به الطفل ، أو على القليل ما توجد جنوره عند ميلاد الطفل ... ولست أعني بها فقط مجرد الانتقال من الآباء الى الأبناء . ذلك أن الرحم وما يقع عليه من تفسيرات خارجية ودخلية يعد بيئة للطفل . وإن ميلاد الطفل ليس الا مرحلة جديدة من مراحل نموه (فقط) .

فكل ما هو غير مكتسب أو متعلم فهو فطري. فالنهشات التي قد يتعرض لها مخ الطفل أثناء الولادة المتعسرة ليست مكتسبة، وليست منقولة عن آبائه. ولكنها ذات تأثير بالغ على شخصيته. هذا قد يبرر من أن بعض أفراد الأسرة



الواحدة قد يكون منظويا بينما البعض الآخر منبسطا. ولتوضيح صعوبة تحديد ما هو وراثي وما هو مكتسب. افترض ان أماً منظوية أنجبت طفلا ولوحظ على سلوكه بعد ان ابلغ سنا تسمح لنا بملاحظته بأنه منظوي. هنا لا نستطيع ان نجزم بأنه ورث لفظوانيته ولم يكتسبها لانه يحتمل ان تكون الام قد ربته على القيم الانطوائية وغرست فيه السلوك المنطوي، وان يكون هو قد نقل عنها تقليد الانطواء ان تجد في اصحاب الوراثة الواحدة كما هو الحال في التوأم العينية - ان العوامل البيئية عندهم متشابهة ان لم تكن موحدة على اتنا في قبولنا للدور الوراثي يجب ان نقرر ان هذا الدور مشروط بنوع السمة. فالسمات الفسيولوجية يغلب عليها العامل الوراثي ، بينما السمات الخلقية والنفسية كالاتجاه نحو الأسرة او نحو العروبة فهي خاضعة للتعليم والاكساب والواقع ان الدراسات الحديثة قد أثبتت ان كثيرا من السمات والقدرات التي كان يظن انها محدودة بعوامل وراثية صرفة ، امكن تعديلها عن طريق تحسين التغذية، واستخدام وسائل وقائية وعلاجية معينة.

كذلك دل البحث العلمي على ان الامراض الطويلة، والالامان على المخدرات، وحالات سوء التغذية والحوادث تؤدي الى انخفاض نسبة ذكاء الفرد.

الاتجاه في البحوث النفسية الان هو تعضيد اثر العوامل المحسوسة الملموسة ، اننا لا نستطيع ان نفسر السلوك الانطواني لشخص ما بمجرد القول بأنه "ورث" هذا او بان ذلك راجع الى "غريزته". كما اننا لا نستطيع تفسير السلوك المنحرف مثلا لدى طفل ما بالقول بان "الإجرام في دمه" او ان غريزة المقاتلة هي التي تدفعه الى ارتكاب الجريمة او ان العوامل العصبية هي المسؤولة عن هذا السلوك او ذلك.

إننا لا نستطيع أن نعزي السلوك إلى عوامل غيبية في داخل الفرد ، لأن ذلك يغلّق باب البحث عن العوامل الحقيقية المسؤولة عن السلوك والتي يمكن ملاحظتها وقياسها والتحكم فيها وتعديلها.

وعلى ذلك فلتقرير عوامل مسؤولة عن سلوك ما ، لا بد وإن نبحت في بيئة الفرد الاجتماعية والمادية ، وفي تاريخه المرض النفسي ، وفي قدرته الحقيقية التي يمكن قياسها .

أما القول بالفريضة أو "بالقدر" أو بالوراثة، فإنه يسد الطريق أمامنا في علاج الشخص أو تحويله أو التنبؤ بسلوكه. ولكن تفسيرنا لسلوك طفل ما داخل حجرة الدراسة، سلوكا هروبيا بالقول بأنه ضعيف في القدرة على القراءة، ومن ثم يتحاشاها حتى لا يكون مثار سخرية زملائه ... مثل هذا التفسير يضع أيدينا على عامل واقعي حقيقي ملموس يمكننا التحكم فيه وتعديله عن طريق تدريب الطفل على عمليات قراءة إضافية ، ومن ثم تحويله إلى الاعتدال.

وبذلك يصبح المجتمع والتربية والإرشاد النفسي ، قادرين على القيام بعمل إيجابي لتحقيق مزيد من التكيف للفرد. كذلك فاني أود أن أشير إلى أن ما يوجد بين ظواهر الانطواء في بعض السمات الأخرى كالخجل والخوف من ارتباط ليس بالضرورة دليلا على أن أحد الظواهر المترابطة سببا في وجود الآخر. فالعلاقة الارتباطية ليست بالضرورة علاقة سببية أو علية ، فقد يرجع العاملان المرتبطان إلى عامل ثالث مسؤول عنهما. فالقول بأن هذا الطفل منطو لأنه نزاع إلى الخوف ، أو أن الخوف والانطواء مرتبطان ، لا يدل على أن الخوف سبب الانطواء.

وكذلك تجدر الإشارة الى ان العوامل المكونة للشخصية الانسانية ، ليست مطلقة في اثرها على السلوك . فالعامل الواحد قد يؤدي الى أكثر من وظيفة ، أي ان العامل الواحد تختلف وظائفه باختلاف العوامل المتقابلة معه او المواقف المحيطة بالفرد.

فالنكاه قد يقود الى الابتسامة ، ولكن اذا وضع طفل لامع النكاه ومسط مجموعة أقل منه نكاه ، فمن المحتمل الا يجد رغبة واشتياقا في مشاركتهم في نشاطهم. كذلك اذا وضع للفرد في مجموعة لا تنتمي الى طبقته الاجتماعية او منه، فانه ربما يميل الى الانطواء.

كذلك النكاه الخارق قد يقود صاحبه الى العكوف على العلم والقراءة والبحث والابتعاد عن ضوضاء المجتمع. ولذلك يجب على الإدارات التعليمية والتربوية ان تقسم للتلاميذ الى مجموعات متجانسة.

فكرة وجود وظائف مختلفة للعنصر باختلاف العناصر المتحدة معه ، ليست غريبة في عالم الكيمياء مثلا. وعلى الجملة فان الوراثة تعطي المادة الخام التي تشكلها البيئة وتصلقها وتحدد كم وكيف نموها ، ما ينطبق على البيئة الاجتماعية المحدودة التي يلاقيها طفل ما تنصف بالدفء والحنان، او القسوة والإهمال ، ينطبق على الفلسفة الاجتماعية برمتها فالمجتمع الدكتاتوري الذي تتحكم فيه القلة وتحرم الأغلبية الساحقة من الاتساع ومن التقدير الاجتماعي ، يؤدي الى انسحاب هذه الأغلبية وميلها نحو السلبية. اما المجتمع الذي يؤمن بالامن والمطاء وتكافؤ الفرص وعدالة توزيع الثروة والسيادة والإدارة والأعمال ، وروح الانتماء الى المجتمع الأكبر ، والى احترام الملك العام والصالح العام.

ويجب ان تنمو في المواطن روح الإيجابية والاهتمام بالمشروعات العامة ومناقشتها ، والمساهمة في بنائها ، وفي تعميم نفعها ، ويأتي ذلك عن طريق تربية الفرد على إحساسه بقيمته وب دوره في العمل والإنتاج والتخطيط والتقويم ويرسخ هذا الشعور عندما يرتد عائد عمله وجهده إليه بصورة عملية.

والتربية هي التي تشعر الفرد بكرامة وحرية واستقلال ، وتحميه من الشعور بالمسخرة والاحتكار والضياع. ان النشأة على أساس احترام مبادئ الإخاء والمساواة والعدل ، تجعل الفرد ينشأ متكيفاً متخلصاً من مشاعر المسخط والكراهية ، ومن مشاعر النقص والحرمان. وبالتالي من النزوع الى الانسحاب والانطواء.

ان النظم الاجتماعية التي يكافأ فيها الفرد على عمله وجهده ، لا يشب الفرد على مشاعر الظلم والاضطهاد. كذلك للفلسفة الاجتماعية التي تؤمن بالفرد على حياته ومستقبله ورزقه ، تحميه من الشعور بالقلق والتوتر والخوف ، وهذه من العوامل المؤدية الى الانطواء. والمجتمع الذي يستهدف إتاحة الفرصة امام اكبر عدد من ابناءه لكي يبالوا اعلى قدر ممكن من التعليم ، يشجعهم على ان يمارس كل فرد حقوقه في الحرية والكرامة والقيادة والمشاركة بأعلى درجة من الوعي والكفاية.

والتربية هي أداة المجتمع ووسيلته في صنع المواطن الصالح الذي يتمتع بالتكيف والانسجام مع نفسه اولا ومع أسرته ومع تجمعه الاكبر، والتربية في المجتمع العربي لابد وان تكون تربية ديمقراطية تنتج للفرد حرية التفكير والكلمة، والتعبير عن الذات، وحرية الاشتراك الفعال في إدارة شؤون نفسه.

## (( حتى يكون طفلك اجتماعيا ))

طفلك اجتماعي أم تطواني ؟

وكيف السبيل إلى إخراجك من دائرة التوقع الذاتي ؟ ثمة حقائق بالنمو الاجتماعي على الأبوين معرفتها.

طفل في مدرسة الحضانة ولكنك قلما تجده يلعب مع الأطفال الآخرين فعندما يلعبون لعبة بناء البيوت الخشبية، فإنه يمسك بالكرة ويلعب بها لوحده. وعندما يتجمعون في حلقة ليناقشوا قصة رواها لهم أستاذهم ، يبدأ الطفل بممارسة بناء البيوت الخشبية.

إن هذه التصرفات من قبل الطفل تسبب لآمه شعورا بالقلق ، إذ نخشى أن يكون طفلها انعزاليا.

وعلى الطريق المقابل من الطفل ، نجد رفيقه الذي يصفه أبواه بأنه لا يستغني عن رفاهه دقيقة واحدة ولا يستطيع أن يصنع شيئا دون أن يستشيرهم لمطابقة برنامجه مع برنامجهم فإذا اقترح عليه أبوه أن يذهب معه إلى المتحف يوم الجمعة فإنه يرد عليه قائلا : انتظر ريثما أتكلم مع صديقي وينزعج والسده من هذا التعلق الشديد الذي يبدية ابنه تجاه صديقه فهو صديقه المفضل ورئيس شلة الأصدقاء التي ينتمي إليها الطفل ويقول والده معلقا على هذا الموضوع لمت على يقين من أن ابني يستطيع أن يفعل شيئا بشكل مستقل عن صديقه، وأخشى أن يكون عاجزا عن أن يمضي أي وقت لوحده في ممارسة نشاط انتاجي. إن الطفلين يمثلان النموذجين المشهورين لشخصيتي الانطوائي والاجتماعي ومما يدعو إلى الدهشة أحيانا أن نجد هذين النموذجين في أسرة واحدة ولتستمتع إلى إحدى الأمهات وهي تعبر عن مشاكلها ومعاناتها قائلة: "إن

ابنائي اما ان يكونوا خارج البيت مع رفاقهم ، لو ان يمسكوا الهاتف في حديث مطول معهم حتى انني اضطررت الى ان اضع لهم انظمة حازمة بما يتعلق بأداء واجباتهم المدرسية قبل ان يخرجوا من البيت او قبل ان يمسكوا الهاتف. اما بالنسبة لإبراهيم وهو في الرابعة عشر من عمره، فإن الامر مختلف تماما، فهو يمضي معظم الاوقات لوحده حتى اننا لنرغب يقينا ان نراه يوما مع اخذ زملائه او ان نسمعه ليتكلم بالهاتف مع أحد أصدقائه. ومن الطبيعي ان الابوين يرغبان ان يريا ابنهما قادران على الاتصال بالآخرين وعلى انشاء صداقات مفيدة على أسس سليمة ولكن التوقعات الطبيعية للنمو الاجتماعي للطفل تخيب آمال الآباء والأمهات أحيانا، الى جانب ان الابوين يكونان في معظم الأحيان عاجزين عن معرفة الدور الذي يجب ان يتوقف عندهما نشاط ابنهما.

**النمو الاجتماعي الطبيعي**

من المفيد ان يعرف الابوان بعض الحقائق المتعلقة بالنمو الاجتماعي لأطفالهما وان يتذكرا دائما وجود فروق طبيعية فردية بين الاطفال، ضمن الخطوط العريضة لهذا النمو وهي تعكس اختلاف الطرق والاساليب للفردية لكل منهم ، فبعض الاطفال اجتماعيون بطبيعة الحال، وبعضهم الآخر يلتزم جانب الحذر في علاقاته مع الآخرين . وبينما تجد طفلا ينطلق على سجيته عندما يكون ضمن مجموعة من الاطفال تجد طفلا اخر في حاجة الى ان ينعزل لوحده ويخلو بنفسه لبعض الوقت ولا عجب في ذلك ، فان الامر ينطبق على البالغين ايضا ليس كذلك؟

**نمو الصداقة بين الأطفال :**

وهو يبدأ في مرحلة مبكرة من العمر. وباجتماع الطفل مع رفاقه فإنه يتلقى درسا قيما في الحياة ويدرك حقيقة واقعية تنبئه الى انه ليس مركزا

لكون، وتجعله يشعر بان ثمة اطفالا اخرين مثله يقولون (أنا) وعلى كل حال فان الشعور "بالأنا" لا يزول في هذه المرحلة الاولى من عمر الطفل ولن الطفل في السنة الثالثة او الرابعة من عمره يبني صداقته مع الاخرين على اساس للفائدة التي يمكن ان يحصل عليها منهم ولذا حدث ان احد اصديقاته لم يلب له حاجته ، فانه يستغني عنه فورا، ولو ان هذا الاستغناء لا يدوم طويلا إذ يعود الى مصالحته ويتوقع فوائد اخرى منه فيما بعد. وليس من النادر في هذه المرحلة ان تجد طفلا يقول لرفيقه : "من الان فصاعدا لا انت صديقي ولا انا صديقك ولا تعرفني ولا انا اعرفك" ثم تجدهما بعد خمس دقائق يلعبان الكرة معا.

واعتبارا من سن الخامسة يبدأ للطفل في تعلم الكفايات الاجتماعية التي تهيئه لاداء دوره الانتمائي المسؤول في المستقبل ، والتي تعلمه كيف يتصرف في المواقف المختلفة عندما يكون لوحده مثلا، او عندما يكون مع أسرته او مع زملائه وكذلك كله يهيئه للقيام بدوره كعضو نافع للمجتمع فيما بعد. وفي هذه المرحلة يجب على الوالدين ان يعلموا طفلهما الخبرات الاساسية في الحياة. ومن ذلك ضرورة التأقلم مع الظروف ، كأن يرتدي سترّة صوفية اذا كان الطقس باردا ، او ان يعيد المقص الى مكانه بعد استعماله بحيث يستطيع الآخرون ان يجدوه عند حاجتهم اليه وعلى الطفل ايضا ان يتعلم مراعاة شعور الآخرين ورغباتهم. ويستغرق الاطفال فترة معقولة من الوقت قبل ان يتعلموا التكيف مع رفاقهم وليس من النادر ان نجد الطفل لحيانا يحجم عن المشاركة في نشاطات الآخرين او ينفر من الاتصال معهم. وربما كان من المفيد للآباء في هذه الحالة ان ينتظروا ويلاحظوا تطورات الامر على المدى الهادئ ومن الأمور التي يمكن ملاحظتها في هذه المرحلة ان الطفل يفسر

أصدقاء المفضلين وخاصة بعد العطل الصيفية. ولكن الموضوع الذي يشغل بال الكثيرين من الآباء والأمهات يتعلق بالطريقة التي يجب ان يتصرفوا بها اذا استمر الطفل في انزعاجه عن الآخرين. ويعتمد الامر في هذا المجال على نوعية ما يعمل عندما يمتنع عن مشاركة الآخرين في نشاطاتهم فاذا كان يعمل بطريقة ابداعية ، فليس في الامر ما يضير ، ولا داعي للشعور بالقلق.

### الفروق الفردية

وتظهر هذه الفروق بين الأطفال منذ المراحل الأولى من عمرهم حينما تجد طفلا سريع التأثير باقتراحات معلمه او بما يعمله الأطفال الآخرون تجد طفلا آخر يتمتع باستقلال ذاتي ويعمل ما يريد ان يعمله والى جانب هذا وذلك تجد الطفل الذي يعلم ما يريد أن يمنعه ذلك من الانفتاح على اقتراحات الآخرين. وهذا هو الطفل الذي يتصف بالسمة القيادية وذلك بعكس الطفل الذي يعجز عن انتقاء احد البدائل المطروحة أمامه، والذي يكون عادة تابعا لغيره. وفي من السابعة تقريبا يبدأ الطفل بانتقاء صديقه المفضل بين أفراد مجموعته وعادة ما يكون هذا الصديق من الذين يشاركونه اهتماماته وهواياته الخاصة. ولنستمع معا الى سعيد وهو يقول لوالدته: هل تصدقين يا أمي؟ ثمة تلميذ جديد في صفي ، ولقد قررنا أن نصبح أصدقاء فانه يحب صيد السمك مثلي .

وفيما بين التاسعة والحادية عشرة من عمر الطفل فان شلة الأصدقاء تكتسب أهمية خاصة، وتتميز هذه المرحلة بشعور الطفل باستقلاليته وتميزه عن أسرته وهكذا فان شلة الأصدقاء تكون بديلا مقترحا داعما في مثل هذه الحالة، ومع أن والده يشعر بالانزعاج من فرط اعتماد ابنه على شلة الأصدقاء الا أن هذه الظاهرة تعتبر معلما طيبا يدل على أنه يسير في طريق الاستقلالية عن أسرته وفي سبيل تحصيل الكفاية لذاتية في الحياة .



ومن فوائد شلة الأصدقاء شعور كل من أعضائها بالانتماء وبالتقييم ولكنها مع ذلك قد تتسبب في أحداث التأثير السيئ الذي ينجم عن الصراع بين حب العضو للجماعة من جهة والرغبة في الالتزام بالمعايير الخلقية من جهة أخرى.

وهذا ما يجعل الابوين يشعران بالقلق ، وهما محقان في ذلك على ان لا يتجاوز هذا القلق حده الطبيعي فما لم تكن الجماعة منغمسة في نشاط معاد للدين او القانون او الاخلاق فلا مانع من ارتباط الطفل بها دون ان يمنعه ذلك الارتباط من استمرارية نموه الذاتي واستقلاليته عن الآخرين.

ولكن ماذا يكون الحال لو ان الطفل انعزل كلياً عن الآخرين ؟ هل ثمة مشكلة ؟ لا ليس بالضرورة فمن الظواهر الطبيعية المشهورة رغبة الفرد في ان يكون شعبياً ومن الطبيعي ان الشعبية تقتضي عدداً معقولاً من الأصدقاء ومع ذلك فقد يكون الطفل محاطاً بعدد كبير من الأصدقاء دون ان يكون لديه صديق واحد يستحق الثقة بينما نجد طفلاً آخر ذا عدد محدود من الأصدقاء ومع ذلك فلا يشعر بالوحدة أبداً.

ومن الأخطاء الشائعة في التربية تلك الفترة التي يحاول ان يغرس الابوان في ذهن طفلها ، وهي ان تصرفاته يجب ان تتال موافقة الآخرين. وهذا خطأ واضح ، فان تصرفات الفرد يجب ان تكون نابعة من ضميره الشخصي بغض النظر عن اعتبارات الآخرين سواء وافقوا عليها ام لا يوافقوا. ولا يجوز للآبوين ان ينشأ طفلها على طروحات من مثل: ان احسن الناس احسن وان اساء الناس اسأت. بل عليهما ان يغرسا في ذهنه العقيدة الفردية التي تقوم على القيام بالعمل الصالح دون التأثير بآراء الآخرين.

## ((كيف نساعد الطفل في علاقاته الاجتماعية))

الإنسان اجتماعي بالطبع. ومنذ نشأ الإنسان البدائي على هذه البسيطة ، فقد بات يبحث عن رفيق له يؤنسه ويساعده في التغلب على مشكلات الحياة ومعالجة الظروف المحيطة به. ومع تقدم الحضارة، فقد تعددت الحياة وضاعقت مجالات الاختصاص ، وأصبح الإنسان أكثر حاجة من ذي قبل إلى أخيه الإنسان، لكي يشاركه آماله وآلامه ، ويخفف عنه شعور الوحدة الذي أصبح ظاهرة ملازمة لإنسان القرن العشرين. وتظهر هذه السمة الاجتماعية لدى الأطفال منذ مرحلة مبكرة . ومع أن بعضهم يمضي فسي حياته الاجتماعية بمرونة سهلة، وينطلق في علاقاته مع رفاقه في انسجام، إلا أن البعض الآخر يعاني من مشكلات تتعلق بالاتصال بالآخرين. ومن هؤلاء من يشعر بنقص في الثقة بنفسه ، وخاصة إذا كان يعاني من مشكلة معينة، كما لو إذا كان لدينا أو قصيرا أو طويلا بشكل غير طبيعي، فانه في هذه الحالة يبقى مفتقرا إلى الثقة بالنفس، وهي أمر لازم للقدرة على الاتصال بالآخرين. فإذا كان طفلك من هذا النوع ، فكيف تستطيعين أن تساعديه ؟

أول خطوة يجب أن نقومي بها هي التأكد من حقيقة وضع الطفل ، وما إذا كان موقفه طبيعيا أو معبرا عن مشكلة في داخلية. فإذا لم يكن لدى الطفل أصدقاء، فيجب أن نتأكد من حقيقة شعوره خلال هذه الظاهرة، وما إذا كان معيدا في عزلة أو منزعا منها.

ومن الخطوات التي يمكن أن نتخذها في هذه الحالة هي أن نضعي للطفل في موقف وآخر ونراقبه بعد ذلك . وأسأل نفسي هل عنده صديق واحد على الأقل ؟ هل علاقاته المدرسية مقبولة ؟ هل ينام جيدا ؟ وهل يتصرف

بشكل طبيعى ؟ فإذا كانت الأجوبة على هذه الأسئلة بالإيجاب ، فذلك دليل على ان الطفل في حالة طبيعية. ومع ذلك فان المشاكل قد تنشأ بين الحين والحين، وكثيرا ما يعاني الأبوان صعوبات جمة في معالجتها: ربما طفلة فسي الصف الرابع الابتدائي تعود من المدرسة وهي في حالة نفسية متعبة فتسألها أمها: ما الامر الذي يزعجك فتجيبها : لقد اقامت لميس حفلة، ولم توجه لي دعوة مع انني كنت اعتبرها افضل صديقتي: فماذا يجب على الام في هذه الحال؟ هل تقول لها : ما الخطأ في ذلك ؟ علام كنتما تتناقشان ؟ ام تقول لها : انا لا احب لميس ابدأ، لم تهاتف أم لميس ام عليها ان تواسيها بعبارة مثل : لا تنزعجي للموضوع كثيرا ، فان لديك كثيرا من الصديقات، ام انها لا تفعل شيئا على الاطلاق؟ ربما كان اسلم امر هو ان لا تفعل شيئا على الاطلاق ولكن ذلك لا يمنع ابدأ من ضرورة مشاركتها لطفلتها في مشاعرها، وبالمقابل فلا يجوز ابدأ ان تقلل من شأن المشكلة.

وان الشيء الذي يجب على الأبوين ان يفعلاه عندما يشعر الطفل بالأذى هو ان يعبرا عن إدراكهما للضرر الواقع عليه، وان يؤكداه له وجودهما في حال حاجته إليهما. ولكن ليس من السيئ ان يضطر الطفل الى معالجة المشكلة بنفسه، وهو الامر الذي يحصل في كثير من الاحيان، بحيث ان للطفل يتجاوز مشكلته ، ويتغلب على الآثار السلبية الناجمة عنها، وهذا ما يساعد على تعلم الطرائق المختلفة بمعالجة المشاكل الكبيرة والخطيرة فيما بعد. ومع ان من المغري ان ينتقد الابوان الصديق الذي قصر بحق طفلهما ، الا انهما لا يجوز ان يفعلوا ذلك ابدأ. فانك بانتقادك ذلك الصديق تعرض نفسك لنفس الموقف الذي يجد فيه نفسه من ينتقد أي طرف من الزوجين اللذين قررا الطلاق ، وللسبب نفسه ايضا. فانهما قد يتصالحان، وتبقى انت في الجانب

السبب من الموضوع ، حيث أنك انتقدت الشخص الذي يحبه وعلى الأبوين ان يدركا المشاكل التي تقع بين الاصدقاء طبيعية تماما، وذلك لان الصديق الذي يستطيع ان يدخل على القلب المرور يستطيع ايضا ان يسبب له الالم. وهذا جزء طبيعي من النمو وليس بإمكان الأبوين ابدا ان يجنبا طفلهما الحزن. وعندما يتدخل الآباء او الامهات في علاقات اطفالهما مع اصدقائهم دون ان يطلبوا منهم ذلك، فإن يتعلم الأطفال ابدا كيف يعالجون مشاكلهم بأنفسهم، علما بان القدرة على حل للمشاكل من عوامل النمو الضرورية للإنسان. وعلى كل فإن بإمكانك ان تساعد طفلك على تعلم مجموعة من المهارات المتنوعة المفيدة: هيئ له الفرص الممكنة للتفاعل الاجتماعي ، وهذا امر مهم بشكل خاص عندما يكون الطفل صغيرا وحياته الاجتماعية قابلة للتعديل بحيث يتوافر فيها الانسجام مع الآخرين فبإمكان الأبوين ان يستغلا بعض المناسبات الخاصة لاقامة الحفلات التي تجمع اصدقاء طفلهما، بحيث يمكن التعرف عليهم واقامة الصلات الوثيقة بهم.

شجعي المبادرات الايجابية:يجب على الأبوين ان يعززا في طفلهما الثقة بنفسه والشعور باستقلاليته. وعلى سبيل المثال فللمساعدة الطفل الذي يتسم بالتعبئة لغيره ولتقياده لهم فيما يختارونه من انواع اللعب والتسلية ، فانك تستطيعين ان توفرى له جوا تشعرينه فيه بهويته ، كأن يدخل غرفة تحوي على عدة اشياء، وينتقي شيئا ما مهما كان انتقاؤه مترددا، ثم تعلقى على اختياره بعبارة تشعره بذاتيته.

لا تصنفي طفلك ضمن صفة معينة. تدخل لمياء وهي طفلة في الرابعة من عمرها غرفة مزدحمة وتلقي نظرة خاطئة على الجمع المحتشد، ثم تختبئ

خلف امها. وعندئذ تربت امها على كتفها بحنان وتشرح الامر للمضيضة: ان لمياء طفلة خجولة ويلزمها وقت لتتسجم مع الاخرين ولكنها بعد ذلك تغدو طبيعية تماما.

ومع ان تفسير الام لسلوك طفلتها صحيح الا ان كلمة "خجولة" تترك اشارها السيئة في نفسها. فعندما وصنف طفلا بأنه خجول لو انه مشاكس او بغير ذلك من الصفات، فاننا نعرضه لخطر الانغلاق على نفسه ضمن تلك الصفة ، بدلا من اعطائه من التشجيع والمعرفة ما يمكنه من تفسير سلوكياته. والآخرى بنا ان نعطيه قدوة حسنة للسلوك العملي، كأن تهين الام نفسية فتاتنها الصغيرة لمواجهة الموقف.

ان اهم دور يمكن ان يقوم به الابوان في عملية تعليم طفلتهما ممارسة العلاقات الاجتماعية السليمة ومبادئ السلوك الاجتماعي هو نفس الدور الذي نلعبه مع أصدقائنا أنفسهم، وذلك بالالتزام بالصدق والعمق وحرارة العواطف وتبادل المشاعر.

ومن المراحل الهامة في التربية الاجتماعية للطفل ان ننق به وبأنه سوف يؤدي اطوار السلوك التي نتوقعها منه ، والتي نرغب ان يقوم بأدائها بالفعل.

## ((ابعديه عن أولاد الصوء))

في كثير من الأحيان، يقع الأبوان ضحية اعتقادها بأن اكتساب طفلها المعرفة هو الامر الوحيد اللازم الذي يعمل على وقايتها من الشرور المختلفة، وينسيان في غمرة اهتمامهما بموضوع المعرفة ان العلم لا يغني عن قوة الارادة التي يمكن المرء من التعامل مع مختلف الظروف والضغط المتتوعة.

والحقيقة انه مهما تكن درجة وعي الطفل للحقائق الاساسية في الحياة والأخطار المترافقة مع الانحراف، فإن هذا الوعي لا يعتبر ضماناً كافية لتأكيد قدرتهم على الالتزام بالسلوك المستقيم في الحياة والعيش وفق المبادئ السليمة. واول درس يجب ان يعلمه الطفل في هذا المجال هو ان يتعلم كيف يستعمل كلمة "كلا" تجاه أي عرض يخالف مبادئ السلوك السوي التي يجب ان يسير عليها.

فالحقائق وحدها لا تحمي الطفل من التتخين مثلا ، اذا لم يكن على مستوى من القوة بحيث يرفض للميجارة التي يقدمها له صديقه، وكذلك الحال في أي ظرف اخر قد يكون المرء عارفا بمدى خطورته او بمدى مخالفته للقانون او الدين او المبادئ والأخلاق. فحتى الأفراد الصالحون قد يقعون في مزالق الاثم اذا لم يكن لديهم مقدار كاف من الثقة بالنفس وقوة الارادة. وينطبق هذا الكلام بصفه خاصة على الاطفال الذين يجب أن يتلقوا دروسا مفصلة حول ما يستطيعون ان يقولوه او يعملوه لمواجهة الضغط الاجتماعي من رفاقهم في المدرسة او الحي، مع اعطائهم المبادئ الأساسية التي تمكنهم من اتخاذ اصداق جدد، وذلك اشباع حاجتهم الى الانتماء وابعاد شبح الخوف من الوحدة والعزلة، وهو عامل خطير لا ينكر تأثيره الملبي الذي قد يتغلب على رغبة الطفل بالاستقامة.

وبالإضافة إلى مناقشة الاخطار والنتائج السيئة للانصراف عن جادة الصواب ، فان الابوين يستطيعان ان يزودا طفلهما بمجموعة من التعليمات التي تساعد على ان يتعامل مع الضغط الاجتماعي ، وذلك عن طريق مجموعة من العبارات التي يستطيع ان يولجها بها للمواقف المحرجة المختلفة وفيما يلي امثلة على هذه العبارات :

- رجاء لا تضغط علي ولا تخرجني. لنا لا اقترح عليك ما يجب ان تفعله، وبالمقابل فلا ضرورة لان نقترح علي ما يجب ان افعل.
- اذا كنت صديقي حقا ، فاعفني من الحديث في هذا الموضوع. لقد سبق ان قلت لك كلا.

وكذلك فيجب عليك ان تساعد طفلك على ان يقدر الخيارات المطروحة امامه، وما قد تعينه هذه الخيارات ، وكيف يتنبأ بالأخطار المحتملة. اخترع مواقف نموذجية كأن تقترض ان طفلك قد وجد نفسه في حفلة كل من فيها مع اصدقائه يشربون السجائر، او ان الاصدقاء قد تجمعوا في بيت احدهم بعد المدرسة ، وبدأوا يبخنون. ناقش ما يستطيع طفلك ان يقوله أو يفعله ليتجنب مشاركتهم في فعلهم.

كما ان بإمكانك ان تقترح على طفلك ما يمكن ان يلجأ الى اتخاذه من أعداء منطقية. فبدلا من ان يشعر أصدقاؤه بمقدار انزعاجهم له ، فقد يكون من السهل عليه ان يقول : "آه لقد نسيت. ان امي تريد مني ان أساعدها في بعض أمور المنزل" او "عندي موعد مع طبيب الأسنان" او أي عذر انشر يكون صادقا وحقيقيا، فان تعذر وجود عذر تفصيلي، فلا مانع من اللجوء الى العذر العام الذي يصق في كل الاحوال كأن يقول: " لقد وعدت ابي ان أعود إلى البيت مبكرا". وحالما يصل الطفل الى البيت سالما، فبإمكانك ان تناقش معه كيف يمكن تبرير العذر الذي يمكن ان يقدمه في المرة المقبلة.

ومع ذلك فيبقى مثل هذا النوع من السلوك خطرا، بسبب ان المرء لا يضمن قدرته على مقاومة الاغراء في كل فترة وهو امر صعب جدا. لذلك فلن افضل طريقة يمكن اللجوء اليها لحماية الطفل تتمثل في تشجيعه على مقاطعة رفاق السوء والبحث عن اصنفاء صالحين يشاركونه هواياته واهتماماته وطريقته في الحياة. ولا بد من الاعتراف بصعوبة الموقف في كل الاحوال. فليس من السهل مثلا ان يرفض المرء عرضا مغريا. وكذلك فان من المؤلم ان يفارق الفرد الجماعة ، وما يتبعها من شعور بالوحدة والمشقة التي يعاني منها في محاولاته الهادفة الى البحث عن صديق جديد صالح ولكن ما هو الحل البديل للاستقامة التي تحتوي على هذه المشتقات؟ بل ما هو الثمن الذي يدفعه طفلك في الموافقة على عروض الاتحراف؟ لماذا لا تسأل طفلك عن جواب مثل هذا لسؤال؟

وهنا نقطة لابد من الاشارة اليها، وهي انه مهما اعطيت طفلك من المعلومات والمعارف، ومهما ألقيت عليه من محاضرات وعظات ، فان كل جهودك تذهب لأراج الرياح ما لم تعطه مثلا صالحا على قوة حسنة يحتذى بها ويهتدي بسلوكها. فما لم تكن انت ملتزما بنفسك بمبادئ السلوك المستقيم ، فلن تلقى ارشادك من طفلك الا السخرية والشعور بالتناقض ، حتى ولو منعه ادبه ان يعبر لك عن احساسه بذلك. ولا يكفي في هذا المجال ان يمتنع الاب عن الترخين بمفرده، فإن للصدق ثاره التي لا تخفى على الطفل ، وان المراوغة لا تأتي بأي خير على الإطلاق. أما اذا كان الأب ملتزما بالمبادئ التي يدعو طفله إليها ، فان حديثه مع طفله يكون صادرا من أعماق قلبه، ويبدو متميزا بحرارة الصدق ، وهو امر ينلمسه الطفل في حقيقة مشاعره، ويشكل اكبر حافز يدفعه الى الالتزام للصادق عن رغبة وطوعية.



## (( الإدراك عند الطفل ))

كم الساعة الآن ؟

فهم الطفل لفكرة الساعة مرتبط بالتطور الإدراكي له وهذا التطور لا يتبلور الا في السابعة من عمره

معظم الأطفال في الرابعة من اعمارهم لا يصعب عليهم عادة تسمية اليوم من أيام الأسبوع الذي هم فيه ، الا أنه يشق عليهم إدراك اسم اليوم الذي سيجدون أنفسهم فيه لدى صحوهم من نومهم.

ولو مثلت جماعة من الأطفال في هذه السن من عمرهم لأجابوا قائلين انهم يبلغون الرابعة من العمر ، ولكن بدون ان يكون لديهم واقعية فكرة عن طول السنة او قصرها حتى السابعة من العمر.

ان فهم الطفل لفكرة الساعة وكيفية تعاقب أيام الأسبوع ، هو شيء يتطور تدريجيا، وهو محدد بمدى التطور الإدراكي للطفل ومع انه قد يستخدم كلمات مثل "يوم الخميس القادم" او "في شهر حزيران" الا ان وعيه الحقيقي لمعنى التقويم والتوقيت يظل هشا الى ان يبلغ السابعة من عمره او نحو ذلك.

والمفاهيم المبكرة للطفل المتعلقة بالزمن تنور حول النقاط البارزة من يومه ساعة تناول الطعام ، ساعة الإخلاء للنوم ، ساعة الاستحمام ، موعد زيارته لمنزل جديه، وهلم جرا.

وخلال سنوات ما قبل المدرسة يبدأ الطفل حفظ هذه المفاهيم حسب تسلسل الأيام ، ويأخذ في إدراك معاني كلمات مثل "قبل" و"بعد" و"اول" و"آخر".

وكثير من الاطفال البالغين لثلاثة او الرابعة من العمر يصبحون متشبهين الى حد العناد باداء اعمالهم وفق ترتيب محدد لا يغيرون عنه: ارتداء ثياب النوم. ومعظم الاطفال في هذه السن لا يطبقون ابدا تدخل شخص كبير في هذا الترتيب. ان التمسك للعنيد للطفل بهذا الترتيب انما يعكس وعيه لروح التتابع في حياته والطفل في الواقع يجعل من الاحساس بهذا السرتيب الزمني اساسا يقيم فوقه فهمه لمعنى فترات اطول من ذلك : "امس" و"غدا" واخيرا ، "في الاسبوع القادم" و"في الشهر القادم" .

ومع ان الطفل قد يبدو عارفا للمفاهيم التي توصي بها هذه الكلمات، الا انه لا يصح الاعتماد على صدق معرفته للظاهرة هذه فمع انه قد يكون عالما انه سيؤدى عملا ما في "الاسبوع القادم" الا انه قد لا يكون قادرا بعد على ادراك طول الاسبوع فهذه المفاهيم التقويمية مثل "الاسبوع" او التتابع المعقد والدورات والمتعاقبة للايام والساعات. من الطبيعي ان الحياة تبدو اسهل لو استطاع الطفل معرفة التوقيت بالساعة واليوم. وكثير من الاطفال في سن ما قبل المدرسة يبدوون في الواقع في ادراك توقيت بدء برامج الاطفال بالتلفزيون او معرفة وقت اداء الاعمال المحببة اليهم.

## (( طفل يتأخر عن الكلام ما السبب ))

طريقة الأطفال في الكلام تثير أحيانا  
استغراب الأهل. فما هي الأسباب الكافية وراء  
الانحرافات اللفظية ؟

ان قضايا الكلام تثير عددا من الاشكالات التي تصعب الإجابة عنها،  
لان الحديث ذو علاقة بعناصر كثيرة في الجسم والعقل، ويشتمل على وظائف  
دماغية وبصرية وسمعية ، وكل ما تتضمنه اللغة من المهارات اللازمة. كما  
ان تعليم الطفل الكلام يشمل تنمية قدرته على استقبال المفاهيم اللغوية، وعلى  
التعبير عنها بالوقت ذاته ايضا وبما ان الطفل يجب ان يسمع الاصوات لكي  
يكررها فان المهارات اللغوية الاستقلالية لا يمكن الاستغناء عنها في عملية  
النمو الطبيعي ، كما لا يمكن فصلها عن الوظيفة السمعية.

ان احد الامور المهمة التي يستطيعه الابوان ان يفعلها هو ان يعملوا  
على وقاية طفلهم من الصعوبات المتعلقة بالكلام، وخاصة تلك التي تنشأ عن  
أمراض الطفولة المبكرة. ففي هذه الايام التي تنسم بكثرة العقاقير واثارها  
الشفائية الرائعة ، فان التهابات الاذن الوسطى امر شائع بين الأطفال، وخاصة  
الذين لم يتجاوزوا السنة الثانية من عمرهم، وتصيب ٦٥% منهم ، ولا يقتصر  
اثرها على الآلام التي تسببها للطفل أثناء اصابته بها ، وانما تمتد الى ما بعد  
فترة العلاج، حيث ان السوائل المتخلفة عنها تبقى الى فترة طويلة من الوقت  
تاركة اثارها السلبية في تخفيف السمع الى حد إعاقه نمو الطفل، بسبب  
تشويشه على عملية اكتساب المهارات اللغوية.

وعلى هذا فيجب ان يخضع الطفل بعد شفائه من التهاب الاذن الى الاختبارات الرامية الى التأكد من خلو الاذن الوسطى من السوائل المتخلفة، وذلك بشكل دوري كل سنة لشهر. ذلك ان الوقاية من العيوب الكلامية واللغوية يعتمد، الى حد بعيد، على السماع الجيد خلال السنوات الاولى القليلة من الحياة.

ويمتطيع الابوان ان ينجبا الى اضطرابات السمع المتوقعة في الاطفال الذين هم دون الثانية من العمر، وذلك عن طريق ملاحظة وجود احد انماط السلوك التالية :

- قد يكون طفلك قادرا على سماع بعض الاصوات مثل رنة التلفون ، وعاجزا عن التعبير عنها.

✕ التأخير اللغوي وهو ظاهرة تتم بالبطء الواضح في اكتساب نمو المهارات اللغوية المتعلقة باستيعاب الأفكار والتعبير عنها ، وعلى هذا تتفاوت فترة العمر التي يبدأ فيها الأطفال بتعلم الكلام، علما بان الفترة الطبيعية لذلك هي بين العشرة اشهر والسنتين. فاذا تأخر طفلك عن تعلم الكلام الى ما بعد هذه الفترة يفقد يكون هذا دلالة على اضطراب لغوي بحاجة الى علاج.

- الحسبة الكلامية : وهي ظاهرة تتميز بفقدان اللغة نتيجة لتلف دماغي او صدمة نفسية.

- فقدان القدرة على التعلم : وتحتاج هذه الظاهرة الى مزيد من التحديد الواضح، حيث انها تشير الى عجز عن التعامل مع اللغة، والى النقص الواضح في تفهم المنبهات التي تتلقاها عيناه واذا.

- اختلاف اللفظ : وتثير هذه الظاهرة الى الطريقة التي تتشكل بها الاصوات، وتتصل ببعضها بموجبها ومن العيوب الشائعة في هذا المجال عجز الطفل عن النطق بحرفي الراء والضاد حيث يلفظهما لاما ودالا كان يقول "مدان" بدلا من "رمضان" ولكن اضطرابات النطق قد تتعدد اكثر من ذلك كأن يقول الطفل "سكبتوت" بدلا من "توت".

- التأتأة او الفأفأة : وهي تدل على انقطاع في تدفق الانسجام الكلامي ويذكر ان كثيرا من الاطفال يعانون من نقص في الطلاقة في مرحلة ما قبل المدرسة ، وهي تزول بشكل طبيعي فيما بعد وعلى كل حال ، فان الخبراء ينصحون ان يستشير الابوان لخصائيا لمعرفة ما اذا كانت التأتأة ظاهرة مرحلية او انها بحاجة الى علاج. ولا بد ان نشير الى اهمية الاكتشافات المبكرة للمشكلة في جميع المظاهر المتعلقة بالكلام واللغة، بحيث يتم علاجها قبل ان تستغل، وقبل ان تتداخل مع المضاعفات الناجمة عن تأخر العلاج. ويلعب الابوان دورا رئيسيا في هذا المجال ، وكذلك المعلمون والمدراء في الحضانات والمدارس الابتدائية.

ويمتطيع الابوان ان يعملوا على اكتشاف الاضطرابات اللغوية والكلامية في مرحلة مبكرة، وذلك عن طريق ملاحظة الامور التالية :

- في سن الثلاثة : هل ما يزال طفلك يستعمل اشارات اليدين وايماءات العينين اكثر من الكلام؟
- في سن الرابعة او الخامسة: هل يعاني طفلك من صعوبات تتعلق باستيعاب تسلسل الاحداث في قصة ما ؟ أو يقول كلاما غير واضح

أحيانا ؟ لو هل عاجز عن ربط الأشياء بالوظائف التي تؤديها مثل  
المشط والشعر ؟

هل تلاحظ فرقا كبيرا بين النمو اللغوي والكلامي لطفلك عن رفاقه.

في مثل هذه الاحوال يجب ان يخضع الطفل الى فحص تجريه له  
الطبيب الاختصاصي لتقرير ما اذا كان الاشكال سينتهي لوحده ام انه لابد من  
التدخل العلاجي. اما سوء اللفظ فهو مصدر اخر للقلق لدى الاباء والامهات  
بسبب عجز الطفل عن استعمال الالفاظ الواضحة. ولكن معايير النمو تشير  
الى وجود بعض الاصوات المعينة التي تنتم بصعوبة لللفظ، والتي قد يتأخر  
الاطفال في الاعتياد عليها. فالطفل على سبيل المثال يستطيع التمكن من  
حرفي الميم والنون في مرحلة مبكرة منذ سن الثالثة. اما الحرفان اللام  
والراء، فمن المتوقع ان يتمكن الطفل منهما في اية فترة بين الثالثة والسادسة  
من عمره، بينما يتأخر في التمكن من حرفي المين واللزاي حتى السابعة.  
ولذلك فلا داعي لان يقلق الابوان كثيرا بشأن هذه الامور. وفي مواجهة المساهم  
الجديدة المتعلقة بتعلم الكتابة، فقد يعتمد الطفل الى حد بعيد على معلوماته  
للغوية والكلامية السابقة.

ولذلك فاذا طفلك قد عانى من بعض الصعوبات المعينة في تعلم لغة  
الكلام خلال السنوات العديدة الاولى من عمره، فمن المحتمل بنسبة كبيرة انه  
سيعاني من صعوبات كبيرة في القراءة. وفي هذه الحالة لابد من ابلاغ  
المدرسة بذلك حتى يكون بإمكانها مراعاة هذا للفارق الفردي الذي يميز  
الطفل عن رفاقه.

## (( النطق عيوبة وعلاجه ))

النطق، عمل باهر معقد لا يقدر عليه أي كائن سوى الإنسان فلكي يتكلم الإنسان لا بد من وجود العقل المفكر للواعي الناضج. إن أكثر من مائة عضلة تشترك في النطق بكلمة واحدة بسيطة.. وأي خلل في إحداها يصيب الإنسان بالتهتة واللعنة، ويصبح غير قادر على النطق السليم.

سبحان الخالق الأعظم في نعمه ...

### كيف يخرج الصوت؟

الكلام أو النطق عادة يصدر من الحنجرة، وتعمل بمساعدة الفم والحنك والقصبة الهوائية والرنين والمزمار وذلك بدفع الهواء إلى الحبلين فيحدث الصوت، وعند الصمت تحرك عضلات الحنجرة غضاريفها إلى الخارج فتتمسك بحبلي الصوت على جانب الحنجرة فلا يتعرضان للتنفس...

ويتكون الكلام من شكل اختلاف حجم الفم والحنك عن تحريك عضلاتهما بتحريك اللسان كذلك، وبعد ذلك تبدأ الحروف المتحركة من الحلق يشكلها الفم واللسان. ولكي يخرج الصوت من أعضاء الكلام، فإنه يرسل لبعض خلايا المخ على شكل إشارات تختار الكلمات والجمل المناسبة ثم ترسل إشارات أخرى إلى مراكز أخرى بالمخ لتحديد سرعة وقوة النطق ثم تقوم جميع هذه المراكز بإرسال إشارات كهربية عبر الأعصاب بالحركة إلى عضلات الصدر والحنجرة والرقبة والفم واللسان والشفة، لتعمل جميعاً في وقت واحد لإخراج الكلام... وكل هذه العمليات العقلية والعصبية والحركية لا تستغرق أكثر جزءاً من الثانية. يكون بعدها الكلام جاهزاً ومنطوقاً عند طرف اللسان.

وهناك حاسة أخرى هامة وضرورية مرتبطة بالنطق ارتباطاً وثيقاً وبدونها لا يستطيع الإنسان النطق أو الكلام. هي حاسة السمع، وتظهر خطورتها عند الأطفال، فمثلاً إذا حدث وكان أحد الأطفال أصم فلن يعرف الكلام، ولن يعرف النطق بها ويظل أبكم لا يتكلم إلى أن يعالج في أحد المراكز المتخصصة. إن عدم المقدرة على النطق السليم ظاهرة قاسي منها الإنسان منذ القدم حتى الآن وكلنا نعرف من قصة سيدنا موسى عليه السلام أنه كان يعاني صعوبة في النطق السليم، وكان يدعو الله عز وجل في كل وقت أن يخلصه من هذا العيب فهناك عدة أمراض وعلا تؤثر على النطق السليم أو تسبب عيوباً فيه وأهم هذه الأمراض هي ما تصيب المخ ومراكزه المرتبطة بعملية النطق والكلام .. فنجد أن فاقد العقل والإدراك والمتخلفين عقلياً لا يتكلمون ، وإذا نطقوا لا يكون لكلامهم معنى مفهوم أو لغتهم واضحة ، كما أن فاقد الوعي نتيجة الإصابة بمرض أو تعاطي خمر أو مخدرات لا يستطيعون الكلام السليم ويجدون صعوبة كبيرة في التعبير عما يريدون. وهناك أيضاً المتاعب النفسية والاضطرابات العاطفية التي تنشأ عن بعض العقد النفسية والتي لا يكون وراءها سبب عضوي أو مرض، فتؤدي جميعها إلى عيوب في النطق كالإصابة باللعمة والتهتة أو فقدان أجزاء من الكلام أثناء للنطق.

وهناك أيضاً الأمراض التي تصيب الأعصاب الحركية والعضلات المحركة للصدر والأحبال الصوتية وتجويف البلعوم والقم والأف، ومتاعب أعضاء الكلام كالحنجرة والبلعوم والأسنان والجيوب الأنفية - وكلها تسبب عيوباً في النطق أو الكلام. ولكثرة العيوب والمشاكل التي تظهر في عملية الكلام وسلامة النطق فإن الأطباء يقسمون تلك العيوب إلى مجموعات مختلفة



منها التي تنشأ من اضطرابات المخ والجهاز العصبي... وتسمى بالاضطرابات الكلامية. وأخرى من أمراض الجهاز التنفسي والحنجرة وتسمى بالاضطرابات الصوتية وهي التي تحدث من عيوب أو أمراض في اللسان، أو الأسنان، أو اللسان، أو المسقف للحلق أو الأنف، وتسمى بالاضطرابات التركيبية.

#### • حرف الراء مشكلة

عادة تنقسم امراض الكلام او النطق الى نوعين، أحدهما وظيفي والآخر عضوي أو ما يسمى بأمراض النطق العضوية وأمراض النطق الوظيفية. ففي الحالة الأولى يوجد خطأ أو عيب في عملية إنتاج الصوت المسليم، ولكن مع عدم وجود سبب عضوي أو تشريحي أو عصبي. وأما الحالة الثانية فيندرج تحتها العيوب أو الأمراض التي تنتج من سبب عضوي أو عصبي.

• اللثغة: وهي عبارة عن ظهور خطأ في نطق حرف. أو أكثر ولا يكون ذلك نتيجة سبب عضويين ومن أمثلة اللثغة نطق الراء "و" والسين "ث" وهي ظاهرة منتشرة الى حد ما في المجتمع. ولقد أكدت الدراسات الصوتية على أن خطأ نطق السين "س" غير مرغوب فيه بينما ينظر البعض الآخر الى أن اللثغة في نطق الراء "راء" أنها تعطي أهمية ومستوى أفضل ومن ثم نجد أن الكثيرين لا يرغبون في التخلص من هذا العيب وبخاصة عند الفتيات.

كما يلاحظ في اللثغة عدم وجود تمييز بين حروف الكاف والطاء من جهة، والجيم والدال من جهة أخرى، وهذه الحالة تظهر بوضوح عند الطفل المتقدم في السن نوعاً ما، وهذا يرجع الى عدم القدرة على التفريق بين الأصوات الأمامية والخلفية.

**والعلاج :** يتركز في طريقة محاولة التغيير في السلوك النطقسي لأجل النطق السليم صوتياً ولفظياً وقد يكون العلاج عضوياً ومن ثم نجد أن الشخص المصاب باللغة يحتاج الى إجراء جراحة تجميل في الأسنان أو الفك كخطوة أولى للعلاج وأما المرحلة الثانية من العلاج فإنها تتم في صورة برنامج تدريبي محدد يتكون من جلستين اسبوعياً، ويتراوح ما بين ١٥-٣٠ دقيقة في الجلسة الواحدة ويشترط لنجاح البرنامج ان يكون التدريب فريداً وأمام امرأة حتى يستطيع الشخص ان يعرف بالصورة طريقة النطق الخطأ والسليم للتمييز بينهما بمعاونة المدرب المعالج، ومن ثم يمكن للشخص معرفة طريقة النطق السليم.

ويشترط أن يكون التدريب تدريجياً فيبدأ من حركة الصوت الى مقطع، ثم الى كلمة، فجملة ثم الى القراءة البسيطة ويمكن القول أن تصحيح عملية النطق يتطلب من ٧-١٢ جملة. ولا بد من الإشارة الى أن تقدم العلاج يختلف من نوعية الحرف الى آخر، ونوعية المريض أيضاً طالما كانت لديه الرغبة والحماس في التخلص من هذا العيب.

**التلثم:** ان التلثم عيب نطقي في سرعة وإيقاع الكلام أو في طلاقة الكلام المسمى بالتلثم. والذي يأخذ عدة صور منها إطالة صووت معنيين أو التكرار، أو التوقف، أو اخلال بعض من المقاطع، أو تداخل الكلام في بعض أو زيادة ملحوظة في سرعة الكلام مع إخراج كمية كبيرة من الهواء أثناء الكلام.

والتدريب الصوتي لعلاج حالات التلثم ... تكون أولاً بتهيئة الجو المناسب لذلك هؤلاء الأشخاص المصابين بالتلثم، لما يعرف منهم من خجل

وحساسية شديدة يساعد على تقليل الضغط العصبي وغيرها من التغيرات النفسية التي تظهر في ملامح وجوههم. وهذا بدوره للشخص المريض. وأيضاً يعطي المريض الثقة بالنفس، ويشترك في جلسة التكريب أن ينطق الشخص المريض الحركة التي تلي الصوت الأول في صعوبة وهذا يكون في بادئ الأمر بطريقة علانية، ثم يبدأ بعد جلسة أو أكثر ينطق ببطء وقوة وسهولة أو تكرر العملية، وبعدها يدخل المعالج مرحلة التحدث والحوار مع هؤلاء الأشخاص المصابين بالتلعثم ثم بعد ذلك يتركهم المعالج يتحدثون فيما بينهم بطريقة شخص يسأل وآخر يجيب، وهكذا ... الخ.

ثم ينتقلون إلى مرحلة القراءة من مجلة أو كتاب بصوت عال مرتفع لأنه مفيد في هذه الحالات.

**الخنف:** إنه نتيجة وجود عيب في الرنين الأنفي، وهذا يأخذ صورتين إما زيادة أو نقصان، فالأول يكون نتيجة وجود ثقب في سقف الحلق أو قصر الحنك أو ضعف عضلاته أو نتيجة وجود الحنك الناعم بوظيفته في التحكم في مرور الهواء بالنسبة للأصوات الأنفية أو الأصوات اللقمية ولذا يصاحب جميع الأصوات رنين أنفي زائد وتحتاج إلى قوة دفع في مجرى الهواء مثل حروف "الكاف" والجيم "والقاف". وهذا للخنف يسمى بالخنف المفتوح.

وأما في الحالة الثانية فإنه يحدث بسبب غلق في مجرى الهواء الذي يؤدي إلى الأنف وذلك إما نتيجة وجود لحمه أنفيه وتضخمه أو التسهبات في الجيوب الأنفية أو في الحاجز الأنفي، أو أن يكون الحاجز معوجاً. ويظهر هذا الخنف الأنفي في الأصوات الأنفية، ومثلاً عند نطق حرف الميم "م". وهذا النوع يسمى بالخنف المغلق. وهناك نوع ثالث يكون خليطاً من النوعين الأول والثاني ...

والمعالج يكون جراحيا لتجميل الشفتين مع تجميل اللهاة وسد مسقف الحنك ومحاولة تغيير السلوك الكلامي لدى الطفل أو الشخص البالغ مع التركيز على نطق السواكن التي تحتاج الى قوة وضغط دافع الهواء في التجويف الفمي للأصوات وبخاصة الكاف والجيم .

وكذلك تمرين تحريك الشفتين والفكين واللسان مع التدريب المستمر على الأشياء التي تحتاج إلى قوة في النفخ أو الشفط مثل إطفاء الشمع بقوة واستعمال الشفاطة في شرب السوائل والفرغرة بالماء .... واستعمال الصفاير ، ونطق صوت الخاء ولشين بطريقة مستمرة ، وحث المريض على التخلص من عادة نطق بعض السواكن من الحنجرة أو الحلق ، مع التخلص من عادة التعويض الأنفي في النطق بصفة عامة ....

البلحة : نعني بأمراض الصوت انحرافا أو تغييرا في الصوت عن الشكل الطبيعي ، وتعتبر البلحة من الأمراض الشائعة والخاصة بأمراض الصوت ، وهناك أيضا ما يسمى بالبلحة الصوتية المزمنة الخاصة بالأطفال ، وترجع البلحة أو غياب الصوت إلى عدم حدوث تقارب بين اللسان والصوتية أثناء عملية الكلام، أو لحدوث صدمة عصبية شديدة نتج عنها احتباس الصوت .

وترجع أسباب البلحة أيضا إلى سوء استخدام الصوت من صياح وهياج بصوت عال أو التحدث بطريقة غير سليمة مجهدة وبخاصة عند بعض المدرسين أو المغنيين . وكذلك بسبب إزمات البرد المتكررة . والتهابات الحنجرة المزمنة، وبعض أمراض الصدر ، وكذلك الحالة النفسية والعصبية. وكل هذه العوامل تحدث تأثيراتها على الأحبال الصوتية من لحميات ، وعقد ونقوء ، وإكياس وانتفاخات.....الخ.

وهناك نوع آخر من عيوب الصوت وهو ما يعرف بالصوت المزدوج، وهذا يظهر بشكل واضح بعد سن البلوغ أو في مرحلة المراهقة .

والعلاج في بادئ الأمر باستخدام المضادات الحيوية ولكن بالنسبة للحمية أو العقد العلاجية كانت بسيطة وعن طريق استخدام التدريب العلاجي الصوتي يمكن أن تختفي تدريجيا ، وكما يتطلب من الشخص المصاب عدم التدخين والتحدث بصوت عالٍ وتخفيف حدة للزلات الشعبية الحادة والبرد .

وأما في حالة تضخم هذه العقد والحميات فإن الأمر يتطلب إجراء الجراحة العلاجية للعاجلة اللازمة لإزالة هذه الأورام التي ربما أن تكون حميدة أو أن تكون خبيثة .

ففي حالة الأورام الحميدة سيتمأصل الجزء الزائد ، وإما في الأورام السرطانية أو الخبيثة فقد سيتمأصل الوتر الصوتي أو الحنجرة نفسها .

أما عن التدريب للصوتي ونعني به التدريب على التنفس بالطريقة الصحيحة " في أن يكون للتنفس من البطن وليس من الصدر " ثم البدء في التحدث بمقاطع صوتية يصحبها إيقاع معين ثم يتدرج إلى الكلمة ثم إلى الجملة .....الخ .

## ((الصمم عند الأطفال سببه عسر الولادة ))

الصمم الخلقي الذي يصيب حديثي الولادة أحد المشاكل التي تواجه الطبيب ، وتحتاج منه الى مجهود كبير للوصول الى التشخيص المسليم ، ثم علاجه قبل أن يستغل المرض.

وتكن خطورة هذا المرض في تأخر أو عدم قدرة الطفل على النطق .. مما يشكل عائقا يحجبه عن المجتمع، فيعيش معزولا عن العالم لا يسمع ولا ينطق .

وقدر العلماء نسبة الإصابة بهذا المرض بواحد لكل ألف طفل حديث الولادة، وهي نسبة كبيرة، وترتفع هذه النسبة في الدول النامية، حيث ينخفض الوعي الطبي والرعاية الصحية .

وهناك عدة أسباب للصمم الخلقي ، ولكن وجد أن أكثر من نصف الحالات ، كانت نتيجة لتعرض الطفل لظروف سيئة في بداية حياته، مثل الالتهابات الفيروسية وللولاة العسرة.

وفي البحث الذي أجراه الدكتور شريف جبر إبراهيم - مدرس الأنف والأذن والحنجرة بكلية الطب جامعة القاهرة ... استطاع أن يثبت التأثير الضار لبعض الأمراض التي تصيب الأطفال في الأذن الداخلية وبالتالي على حاسة السمع. ودرس الباحث التغيرات التي تحدث في الأذن الداخلية للأطفال المصابين بعدد من الأمراض ومنها الالتهابات الفيروسية والبكتيرية .. وكذلك في الأطفال المولودين لأمهات مصابات بمرض السكر ... والأطفال المولودين بعد ولادة عسرة ، والمصابين بمرض الصفراء (اليرقان) والذين تعرضوا لنقص نسبة الأكسجين في الدم لأي سبب من الأسباب .

وقد تم أخذ عينات من الأذن الداخلية لـ ١٥ طفلاً، تم فحصها بالمجهر لاكتشاف التغييرات التي تحدث نتيجة لهذه الأمراض وأتم هذا البحث بالعدد الكبير للحالات المدروسة ، بالإضافة إلى أخذ عينات من الأطفال ، حيث أن معظم الأبحاث السابقة كانت تتم على حيوانات التجارب .

وقد أثبت الباحث أنه في حالات التهابات الفيروسية والبكتيرية التي تصيب الأطفال ، تحدث تغيرات مرضية في خلايا "جهاز كورتى" المسئول عن السمع كما يحدث ضمور في عصب السمع ، مما يسبب الصمم. وفي حالات الأطفال المولودين لأمهات مصابات بمرض البول السكري، وجد نزيفاً بالأذن وضمور في عصب السمع في حالات نقص الأوكسجين. وعُزل سبب الصمم الذي يحدث في حالة الإصابة بمرض الصفراء، أنه نتيجة لترسب مادة الصفراء في بعض خلايا المخ ، مما يؤثر على حسن استقبال المخ للنبضات العصبية التي ترسلها الأذن. وحول سؤال عن الفائدة العملية التي استخلصها من هذا البحث ، وعن النصائح التي توجه للوالدين لمنع إصابة أولادهم بالصمم الخلقي. قال إن هذا البحث أوضح لنا الكثير من المضاعفات التي تحدث من بعض الأمراض الشائعة ، والتي تؤدي إلى عواقب وخيمة تؤدي بدورها إلى فقدان السمع كلياً". لذلك أنصح الآباء والأمهات بسرعة استشارة الطبيب ، وعلاج أي أمراض تصيب الطفل في مراحل عمره الأولى خوفاً من تأثيرها على السمع ، ويجب على الآباء والأمهات ملاحظة استجابة أطفالهم للأصوات المحيطة بهم ، وقدرتهم على الالتفات لمصدر الصوت في الشهور الأولى من حياتهم ، وملاحظة تطور قدرتهم على الكلام لأن الطفل الأصم سوف يعاني من مشاكل تأخر وتعدّل المنطق.

## (( ولدي بدأ يكتب..... ))

إذا أخطأ طفلك لغويا وهو يكتب عبارة ذات معنى ، فلا تحققي أو تتوترتي. على العكس عن ذلك ، أشعريه بأنه حقق إنجازا وشجعيه على المضي في هذا الاتجاه .

مزق ابني ورقه من دفتره ، وكتب عليها عبارة سريعة، ثم سلمني إياها بكل فخر وقال: أمي اقرئيها. فما كان مني إلا أن نظرت الى الورقه بوجوم، وأنا لا أدري كيف أتصرف. فقد كانت الورقة تتضمن العبارة التالية : (وفي يوماً من أيام هبت عاصفتن). كنت شديدة الرغبة في أن اشجع طفلي ، ولكن هذه الورقة تحتاج الى تصحيح حازم للأخطاء التي وردت فيه ، سواء في مجال النحو أو الإملاء ؟

الجواب : لا ذلك أن المبنى في عمره هذا ليس مهما بقدر أهمية المعنى. فعبارة (في يوماً من أيام هبت عاصفتن) ومعناها " في يوم من الأيام هبت عاصفة على المدينة " لهي دليل على مقدار معقول من التقدم الحقيقي الذي أحرزه الطفل بشكل صحيح لاحظي للنواحي التالية :

١- تذكرني الطريقة التي بدأ بها طفلك الكلام : فانك لم تعلميه كيف يتحدث، ولكنه علم نفسه بنفسه. أما أنت فقد علمتيه أشياء كثيرة أفادته في أثناء التعليم ، ولم تكوني مضطرة الى التفكير بها أو القلق بشأنها بل أنت بشكل طبيعي وغير مقصر.

فوجود الطفل بين أناس يتكلمون يبدأ محاولاته الرامية الى تقليد الأصوات التي سمعها . وعندما كان يقول شيئاً ذا معنى ، فانك كنت تمدحينه ، ولم يكن مديحك له لوحده، بل ربما كنت تعانقينه أو تقبليه. ولم تكوني تنزعجين اذا ما



نادى لبعته في بعض الأحيان "ماما" ولم يخطر ببالك ان ترسله الى اختصاصي في معالجة عيوب النطق اذا اشار الى بيت ثم قال: "تيت هلو" يقصد "بيت جميل". طبعاً لم تكوني تصرين على تصحيح جملة اذا ما قالها بطريقة مغلوطه، ولم تكوني تنزعجين من ذلك، ولم تكوني تلقي عليه محاضرة في كيفية النطق بالكلمات. وعلى العكس من ذلك تماماً ، فقد كنت ولا تزالين تتظن الى عباراته التي يقولها باعتبارها محببة وظريفة ، وليس ذلك فحسب بل انك تعيدن روايتها وتكررينها بافتخار أمام الأقرباء والأصدقاء.

إنك أبدا لا تخافين عندما يرتكب طفلك بعض الأخطاء اللفظية ، ولا تخشين من تأصل هذه الأخطاء في طريقة تحدثه. ولذلك فإنك تسمحين لطفلك أن يعبر عما في نفسه بحرية وطلاقة مع انتباهك الى نجاحاته وانجازاته والتغاضي كلية عن أخطائه . اتبعي نفس الطريقة تماماً عندما تحاولين أن تعلمي طفلك الكتابة .

## ٢- انظري إلى عمله بجدية كاملة :

فإن وراء تلك الورقة المليئة بالأخطاء تكمن فكرة عظيمة . وهذه الفكرة لم يتم التعبير عنها بأسلوب جميل، حتى أنها غير مقروءة ولكن للفكرة مع ذلك موجودة في ذهن الطفل تعرض كيانه في داخله بشكل نابض بالحياة .

وإن أي كاتب أو مؤلف ، مهما تكن درجته من الكفاءة الأدبية ، فقد تكون لديه فكرة عظيمة خلف كلماته ، ولكن المشكلة هي ان الصورة الذهنية غالباً ما تنتشر عند ترجمتها الى كلمات على السورق، حتى أن المحترفين أنفسهم كثيراً ما يعانون صعوبة في مواجهة هذا الموضوع. وبما ان طفلك صغير ، فإنه بحاجة الى كثير من التشجيع ليستمّر في محاولاته في سبيل

تحقيق التعبير المليم . عامليه بلطف واهتمام وإياك ان تقلي من قيمة جهوده  
الرامية الى الاتصال بالورق والقلم .

٣- اطلبي منه ان يقرأ عليك قصته:

فإن عجزك عن فهم العلامات المكتوبة على ورقته قد تعنسي الفشل.  
ولكنه عندما يقرأ قصته بصوت عال فإن معناها يصبح واضحا .

٤- للمضمون أهم من القالب : ان الهدف من للكتابة هو نقل المعاني  
وعلى هذا فإن مهمة الكاتب الأولى هي تصور المعنى بوضوح في ذهنه فإن  
عبارة " في يوم من الأيام هبت عاصفة على المدينة " ليست مجموعته من  
الكلمات العشوائية التي وضعت مع بعضها كيفما اتفق ، وإنما هي جملة مفيدة  
ذات معنى حقيقي. ومع أن " في يوما من أيام هبت عاصفتن " تحتوي على  
أغلاط نحوية ولأجله " الا انها من حيث المقصود الأساسي صحيحة .

ركزي على المعنى الذي يريد ان يقوله طفلك ، واطلبي منه ان يخبرك  
بالمزيد عن العاصفة التي أتت على المدينة، قبل ان تذكري له قواعد النحو أو  
الإملاء. وتذكرني حالتك النفسية وشعورك الذاتي عندما تحاولين أن تروي  
قصه ما، فربما وتعرضين لمقاطعة الغير بسبب تصليحات لفظية .

٥- ركزي على النواحي الإيجابية : ان عبارة " في يوم من أيام هبت  
عاصفتن " ليست سيئة جدا كما تبدو للوهلة الأولى انظري جيدا ، وسوف  
تلاحظين ما يلي :

• ان ثلاث كلمات على الأقل قد كتبت بشكل صحيح: في، من، هبت.

• معظم الأحرف في الكلمات الأخرى صحيحة.

• ترك الطفل فراغات بين الكلمات الأخرى صحيحة ، ولم يصلها ببعضها ما عدا الكلمتين "على المدينة" وقد ظنها الطفل خطأ كلمة مركبة، وهي غلطة مبنية على التركيب المنطقي الخاطئ.

والآن وبعدما درست بشكل كامل ورقة طفلك ، تحدثي معه عن الأمور الصحيحة في عبارته، وتجاهلي أخطاءه.

٦- عبري لطفلك عن تقديرك لورقته، وذلك ببعض التصرفات التي تدل على استحسانك لها كأن تعلقها على باب الخزانة، وتضعها في محفظتك على سبيل الاعتزاز إن مثل هذا التصرف يشعر طفلك بتجاوبك معه .

٧- القراءة تساعد الكتابة: كما إن الاستماع هو الطرف المقابل للكلام ، فإن الكتابة هي الطرف المقابل للقراءة . وإن طفلك قد تعلم الكلام لأنه كان يسمع الى الآخرين وهم يتكلمون، إن يقدمهم، علما بأن الطفل الذي يسمع الا قليلا من الحوار يتأخر في تعلم الكلام. وهذا ما يحدث بالضبط بالنسبة للطفل ذي الاتصال المحدود بالكتب ، فإن تعلمه للقراءة والكتابة يكون بطيئا .

ومن السهل معرفة الطفل ذي النشاطات المتعلقة بالقراءة . فقد تنمى الى حديثه عبارة مثل ( كان ثمة مرة خروف يختلف عن غيره) فمثل هذه العبارة لا تستخدم أثناء الكلام العادي وإنما تستخدم أثناء كتابة القصص.

وعادة ما يرغب الطفل في كتابة قصة كمحاولة لاعادة شيء ما من معلوماته . وفي هذه الحالة اياك ان تنتقديه أو تنتهيه ( بالانتحال) أو تحذيره من النقل من الآخرين ولا تحاولي ان تفرضي عليه في هذه المرحلة اتباع أسلوبه الشخصي ، فإن استعمال النماذج المألوفة في الكتابة يساعد على معرفة التركيب اللغوية ولتتمكن منها ان الكتب لا تفيد الطفل في تعلم القراءة فحسب،

وان تساعده أيضا على إتقان الكتابة. وبإمكانك في هذه المرحلة ان تقدمي له الكتب التي تناسب مستواه ، بحيث توسع ثروته اللغوية ، وتعطيه فكرة مبدئية عن قواعد النحو والإملاء .

٨- شجعي طفلك على الكتابة بطلاقة : ان كتابة طفلك للقصص فكرة جيدة ، ولكن لا تهملی الأمور الأخرى التي يمكن ان يمارس الكتابة من خلالها، مثل كتابة قائمة المشتريات أو ( الأمور التي يجب أن أفعلها اليوم ) أو كتابة رسالة صغيرة الى عمه مثلا ، فان مثل هذه الأمور ذات فائدة مزدوجة.

٩- لا تقارني بين كتابة طفلك وكتابات المحترفين. فليس كل منا يستطيع ان يكون بعقرية العقاد ، وليس لدينا من الجينات الوراثية ما يؤهلنا لذلك ، ولكننا نستطيع ان نتعلم التعبير عن افكارنا بوضوح على الورق، وهذا هو الهدف الذي يجب ان نسعى اليه .

١٠- تجملي بالصبر والثقة بالنفس، فان تعلم الكتابة عملية تتطور ببطء تدريجي وعلى مدى تطور الطفل نفسه. ومن المستحيل تسريع عملية التعلم عن طريق الضغط المتواصل ومحاولة إلزام الطفل بأن ( يكتب بشكل أفضل ) أو أن (يجتهد أكثر). فان الإصرار في التأكيد على هذه الأمور يصرف الطفل عن تركيز انتباهه على هذه الأمور كما يصرف الطفل عن تركيز انتباهه على ما يريد أن يعبر عنه .

خذي بيد طفلك بلطف وشجعيه بدون مبالغة وكوني هادئة وأعطيه الفرصة لكي ينضج بشكل طبيعي ، وسوف تدهشك النتائج التي ستحصلين عليها فيما بعد.

## (( ملئلك في يومه الأول بالمدرسة ))

في كل عام يبدأ الملايين من أطفالنا في الالتحاق بالمدارس لأول مرة في حياتهم ، وكذلك يعود أعداد كبيرة من أبنائنا إلى استئناف الحياة الدراسية بعد الإجازة الصيفية التي تمتد عدة شهور .

وبالنسبة للطفل الصغير سواء كان ذهابه للمدرسة لأول مرة في حياته أم أنه عائد من الإجازة الطويلة ، فإن الذهاب للمدرسة وخاصة في اليوم الأول يمثل خبرة نفسية غاية في الحساسية والأهمية وجديرة باهتمام الآباء والأمهات والمعلمين والمعلمات .

إن ذهاب الطفل للمدرسة لأول مرة في حياته يمثل انتقالا كبيرا من حياة الأسرة إلى نوع آخر من الحياة ، والمعروف أن مراحل الانتقال في حياة الفرد مراحل حرجية يتعرض فيها الفرد للآزمات والتوترات والانفعالات الحادة. ولذلك لم يكن غريبا أن ينتحر طفل في سن السادسة ، بأن يفقر من شرفه المدرسة بالقاهرة في أول يوم يذهب فيه إلى المدرسة فلم يحتمل فراق أمه وفقر وراءها .

إن الذهاب للمدرسة بالنسبة للطفل يمثل حدثا هاما وتغيرا كبيرا في نمط الحياة التي اعتادها لمدة ست سنوات فالطفل في المنزل يتمتع بنوع من الحياة الأسرية التي تختلف عن الحياة في داخل المدرسة ، فالطفل في الأسرة يتمتع بحنان الأبوين ورعايتهما وتقتصر علاقته الاجتماعية على عدد محدود من الأخوة والأخوات ، أما في المدرسة فإن نمط العلاقات الاجتماعية يتغير ، حيث تتمتع دائرة معارفه وأصدقائه وزملائه الذين عليه أن يتفاعل معهم .

إن زهاب الطفل للمدرسة يمثل تغيرا كبيرا في بيئة الطفل الاجتماعية وهذا التغير في الجو المحيط بالطفل الذي ألفه لمدة طويلة يحتاج إلى كثير من الرعاية والحماية حتى يتكيف مع الحياة الجديدة فهو يحتاج إلى كثير من الرعاية والحماية .

والطفل في يومه الأول يجد نفسه وسط أعداد غفيرة من الغرباء من الأطفال ومن الكبار ، ومن شأن مثل هذه الخبرة أن تبعث في نفسه الخوف والقلق والرغبة ... والإنسان دائما يخاف من المجهول ، وأزاء تصورنا قصور خبرة الطفل المحدودة فإننا نشعر ما يشعر به من خوف وتهيب ...

الطفل فيما قبل المدرسة كان يحيا حياة حرة طليقة لا قيود فيها ولا تكلف، وفجأة يواجه نوعا منظما من الحياة ، الذي ينطلق من الخضوع لبعض مظاهر النظام والقانون والقيام ببعض الأعباء والمهام .

أما بالنسبة للعلاقات العاطفية فإن المدرس مهما بلغ من العطف ، فلا يستطيع إلا أن يوزع عطفه واهتمامه ورعايته على عدد كبير من التلاميذ ، أما في المنزل فإن الطفل كان يلقي اهتمام الأبوين كله ، وكان يمثل مركز الاهتمام وتلقت حوله الأنظار والقلوب.

كذلك فإن العلاقة العاطفية بين الطفل وبين أفراد أسرته تختلف عن العلاقة بين الطفل وبين غيره من التلاميذ في المدرسة . في هذا النوع الأخير من العلاقات لابد أن يخضع الطفل لنوع من العلاقات الاجتماعية قوامه الأخذ والعطاء ، واحترام حقوق الغير .

ويحتاج الطفل لكي يتكيف انفعاليا للحياة المدرسية التي تبعده عن الأسرة جزءا كبيرا من اليوم ، يحتاج إلى أن يتعود على لفظام الانفعالي أو العاطفي .

هذا القطام ينبغي أن تبدأ فيه الأسرة قبل الذهاب للمدرسة . ولا بد من أن يتدرب الطفل على هذا القطام النفسي أي البعد عن الآباء انفعالياً وتكوين الشخصية المستقلة عن الآباء حتى يستطيع أن يتكيف مع جو المدرسة الجديد .

وفي المجتمعات الأوروبية حيث تتوفر رياض الأطفال يتدرب الطفل على الحياة المدرسية المنتظمة ، وعلى الأخذ والعطاء واحترام النظام المدرسي ، ويمثل خبرة الطفل بهذا النوع من المدارس تقديم الطفل للمدرسة الابتدائية بعد ذلك . ولذلك لا يتعرض الطفل لخبرات انفعالية حادة ومفاجئة عندما يذهب للمدرسة الابتدائية .

## (( الطالب بين الأهل والمدرسة ))

موقف الأهل من مؤسسات التعليم لها تأثير عميق على الأولاد إن تجارب الأهل ومواقفهم من المدرسة تؤدي دورا بارزا بالنسبة للصورة التي ترسم في خيال الولد حول المدرسة وأهميتها.

قبل أن يدخل الطفل المدرسة ، يكون جزءا أساسيا من عائلته التي يؤدي كل فرد من أفرادها دورا معينا في تطور نضجه وتكوين فكرته عن العلم فتأثير الأب والأم هنا أساسي، يستطيع الوالدان أن يحبا أولادهما وهذا موقف طبيعي وصحيح ، لكن على الحب الأبوي ألا يكون حبا أعمى.

لكل تلميذ ماض ، فمذ كان رضيعا وحتى تاريخ دخوله المدرسة سجلت ذاكرته كل ما مر أمامه . فهو يعرف مثلا إن كان موهوبا ، ذكيا ، حسن التصرف غبيا كسولا مشاكسا ... من صفات نعت بها في الماضي .

ويطمح الأهل إلى تأمين مستقبل ممتاز لأولادهم فيشاركون هذا المستقبل وتحديد ماهيته، ويأخذون عادة الدور الأكبر والأساسي في هذه المشاركة. لكنهم لا يفكرون بأن المعادة ليست بالضرورة نابعة من مركز مهني عال ، وينسون أيضا أن تصرفاتهم ونظرتهم إلى الأمور تلعب دورا بارزا في تطور الطفل النفسي ونظراته المستقبلية إلى العلم وفوائده وقيمه .

إذا كان النجاح الدراسي مهما جدا في نظر الأهل بالنسبة إلى المستقبل وإذا كانت العلاقات تشكل أساس هذا النجاح وإذا ساندوا المعلمين فإن ولدهم سيصبح أكثر اهتماما وانشغالا بدروسه .

لما إذا قوبلت سجلات علامات التلميذ الجيدة بعدم الاهتمام اللامبالاة من



قبل الأهل ولم يكافأ ولو بكلمة على نقاط جيدة أحرزها فإنه يفقد مع الوقت الرغبة والاندفاع إلى المتابعة ويبدأ وضعه الدراسي في التدهور .

### تدخل الأهل:

إن تدخل الأهل في شؤون دراسة أولادهم غالبا ما يكون بشكل خاطئ ويمسيء إلى الأولاد أكثر مما يفيدهم ، معظم الأهالي يرسم مخططا معينا لحياة أولاده من دون استشارة الولد نفسه ، إذ يقولون مثلا سوف تصبح طبيبا مثل فلان ... ثم يباشرون التحضير لذلك....

كل شيء يعد سلفا لإنجاح هذه المشروع...ولذلك فإن كل علامة منخفضة عن نسبة معينة، حددها الأهل تشكل مصيبة كبيرة تقع على رأس الولد وينال الصراخ والتأنيب ... وبدلا من أن يشعر الطالب بالتشجيع ، فإنه يشعر على العكس بأنه غير قادر على المتابعة ، ويملكه شعور قوي بالذنب تجاه أهله لأنه لم يستطيع تحقيق أحلامهم كل هذا يولد في نفس طالب العلم عقدة صعبة الحل تجاه الدراسة والمدرسة ، يحتاجون إلى تشجيع متواصل ومشاركة فعالة من قبل الأهل الذين عليهم أن يتعرفوا إلى حاجات أولادهم ويتلمسوا وسيلة تدخلهم في شؤونهم ، وكذلك معرفة كيفية مراقبتهم من دون أن يشعروا بهم .

### الحوار مع التلميذ :

لكي نتعرف إلى أولادنا جيدا علينا أن نتعلم الاستماع إليهم منذ محاولاتهم الأولى للنطق .. فالألم تقههم طفلها ويسهل الاتصال بينهما عندما يتعلم الطفل اللفظ الصعوبة تكمن في كون الأهل لا يجدون الوقت الكافي للإصغاء إلى أولادهم ذلك أن كلام الولد وقصصه ترهق الأهل وتزعجهم لكنهم لو يصبرون ويصغون فسوف يكتشفون أن كل ما يقوله الطفل في جو المحبة

والثقة يكتسب أهمية كبرى .

من ناحية أخرى إن الاستماع إلى الولد ضروري للإسهام في نضجه وتوازن أفكاره وإشعاره بأنه يستطيع أن يعبر عن نفسه أمام أهله بحرية وسهولة.

يجب أن يمتاز الحوار بين الأهل والأبناء بالحرية والمصراحة .. وينبغي أن يعتاد التلميذ منذ الحضانة على مصارحة أهله يوما بكل ما مر به خلال نهاره الدراسي ، شرط أن يكون هذا الحديث ناتجا عن رغبة صادقة من قبل التلميذ وليس من قبل الأهل فقط وإلا سيشعر دائما أنه مجبر على تقديم تقرير يومي ...

على الأهل أن يتفهموا ويناقشوا كل ما يقوله بصراحة ووضوح ، وأن يتفادوا محاسبته أو اعتباره مذنباً ، وألا يظهر له عدم المبالاة التي تبعده عنهم فميل الولد إلى مصارحة أهله بكل ما يجري معه يكبر وينمو بنموه الجسدي والفكري ويصبح عادة يصعب الإقلاع عنها . كذلك هي الحال مع عدم المصارحة .

فالمصارحة تسهل مهمة الأهل وتمكنهم من مراقبة عمل أولادهم عن قرب وللتدخل بصورة مباشرة أو غير مباشرة عندما يلزم الأمر .

ويجب التنبيه إلى أن ما يعتبره الأهل صحيحا ليس بالضرورة الحل الأنسب وأن الحلول والأمور في هذا المجال نسبية ... ولا تستدعي العناد بل للروية والتفكير ... فنجاح التلميذ في دراسته أو فشله يقع جزء كبير من مسؤوليتها على الأهل . فالأهل عارفون بنوعية تربيتهم وعطفهم وحنانهم واهتمامهم وملاحظتهم ، على أن يسيروا بولدهم في طريق النجاح.

## توفير فرص المبادرة :

إن مساعدة الطالب على تنظيم دراسته وعلى العمل الجدي لا تقتضي بانتزاع المبادرة من بين يديه بل بإعطائه فرصا كثيرة للمبادرة هو بحاجة إلى تسهيلات تؤهله للتحرك بسهولة في إطار عمله بحيث تزداد أوقات فراغه ويوجه اهتماما اعمق إلى ما يشغل تفكيره ويعتبره أولويا أما أحد أهم أدوار الأهل فهو مساعدة الولد على اكتشاف الأشياء التي تثير اهتمامه اكثر من غيرها والتوجهات التي تستأثر بميوله الحقيقية وعدم إجباره على توجه معين يعتقد الأهل أنه صواب .

غالبا ما تكون فوائد الدروس ، أو حاجة الإنسان إلى المعلومات ، لا تظهر إلا في المدى البعيد ، وحين يعتقد التلميذ بإمكانه التخلص عن المواد التي يعتبر لا أهمية لها بالنسبة إلى المستقبل المهني المنظور الذي يطمح إليه فإنه يحرم نفسه من المعلومات العامة التي يجب أن يتزود بها .  
وأخيرا ....

الفشل أو النجاح في الامتحانات هو نتيجة حتمية لنوعية الدراسة ولمنهجية العمل التي تتبعها التلميذ والدراسة مرتبطة بعاملين أساسيين : عامل الأهل وتشجيعهم والمؤسسة للتعليمية .

اختيار المؤسسة التعليمية الذي سيتابع فيها التلميذ دراسة يجب أن يكون دقيقا وحكيما بحيث يكون منسجما مع شخصية التلميذ وطباعه وأحاسيسه وقدراته .

يتطلب هذا من ناحية الأهل مراقبة دقيقة للولد في مراحل طفولته

وتطورها إن جو المؤسسة الدراسية ونوعية المعلمين مهما جدا بالنسبة إلى تطور التلميذ ، إن جو المؤسسة الدراسية ونوعية المعلمين مهما جدا بالنسبة إلى تطور التلميذ ونضجه وإذا لم يشعر بأنه على وفاق فكري مع رفاقه نلاحظ انخفاضاً في قدراته الدراسية يحدث هذا غالباً في حال وجود فارق كبير في المستوى الاجتماعي بين التلميذ، أما دور الأهل والمؤسسة التربوية يبقى الدور الأخير المتفاوت الأهمية .. ألا وهو دور التلميذ بحد ذاته الذي يعتبره البعض أساساً .....

إن كل طالب طبيعي ، أي غير مصاب بعاهة عقلية أو بعقدة نفسية مهمة.. مؤهل لمتابعة أي نوع من أنواع الدراسة بسهولة ، شرط أن يرغب بها فعلاً، المعلومات التي تمنعه والتي تشكل دائماً أسباب الرسوب هي خارجة عن إرادته وعائده إلى المحيط العام أو الجو العائلي أو المؤسسة التربوية أو المعلمين ... هذه العوامل هي القادرة على إنجاح التلميذ أو التسبب في رسوبه.

لذلك قبل إلقاء اللوم على التلميذ الفاشل، على الوالدين أن يحلوا الأمور بنرو حين يعلن ذلك سيكتشفان السبب الواضح لرسوب ولدهما.

## (( المدرسة ...والطفل ومؤازرة الأهل ))

مع العطلا الصيفية والاستعداد للعودة إلى المدرسة يبرز إلى الواجهة موضوع تربية الطفل العربي ، في وقت بدأ علم الاجتماع يركز على هذه التربية باعتبارها فنا قائما بذاته، ولأنه في ضوء التربية يتوقف مستقبل الطفل وبالتالي مستقبل مجتمعا العربي .والحقيقة أن تربية الطفل هي أصعب بكثير مما يتصوره بعض الذين لم يتسن لهم أن يصبحوا أهلا بعد . ففي وقت واحد ينبغي أن يكون الأب أو الأم موجها دون أن يسحق شخصية الطفل ، وأن يكون حنوناً ولكن بحزم ، وقريبا منه دون الالتصاق به ، وأن يكون مرشدا ومتفهما ، وباختصار أن يكون عالما نفسيا وأستاذا على مدى ٣٦٥ يوما في السنة ، ولاسيما قبل سن السادسة، معلوم أن الطفل في سن الرابعة يبلغ ٥٠% من طاقته العقلية ، لذلك من المهم تجنب أخطاء التربية التي يمكن أن تضر بتطوره ونموه ما أمكن إلى ذلك سبيلا وهذا ما يشرحه الدكتور دورسن في كتاب له بعنوان: كل شيء يجب لعبه قبل سن السادسة ، ويعتبر هذا الكتاب بمثابة مرشد ودليل لجميع الأهل. ويتطرق هذا الكتاب إلى كل مرحلة من مراحل الطفولة ، بدءا من مرحلة الولادة وحتى مرحلة من الدراسة ، مع تقديم الحلول لكل المشاكل التي تعترض هذه المراحل .

فكل طفل يقول الدكتور دورسن ، هو وحيد نوعه تماما كما هي بصماته، وانطلاقا من هذه الحقيقة البديهية يمكن لتطور الطفل أن يكون ناجحا . والواقع أنه لا توجد تربية جماعية وإنما تربية فردية وشخصانية . صحيح أن كل المواليد يمرون بالمرحل نفسها، ولكنهم جميعا لا يعيشونها بطريقة واحدة . وليس هناك ما يدعو إلى الدهشة أو الاستغراب إذا ما مشى أو تكلم طفل

أسرع وأبكر من غيره ، المهم هو النتيجة النهائية، فعندما يتطور الطفل تطورا صحيحا سواء على الصعيد الجسدي أو على الصعيد العقلي ويقول الدكتور دورسن : أن السنة الأولى هي ذات أهمية بالغة للغاية ، وذلك لأن الطفل يكون شديد الارتباط ، إذا لم نقل مرتبطا كلياً بأهله ولكي يسمع صوته إلى محيطه ، فإن الطفل لا يملك سوى الصراخ ، وإذا لم يبد أحد الاهتمام به فلا يلبث أن يبكي، كما لا يعلم أنه يفقد الثقة بنفسه شيئا فشيئا، وكذلك الثقة بأهله، واتعدام الثقة هذا يمكن أن يكون غير قابل للتعويض في المستقبل لأن الطفل لا يقارب المرحلة الثانية من الحياة بخطى المرحلة الأولى نفسها، إلا إذا هو لم يعتبر في عقله الباطن بأن الحياة مليئة بخيبات الأمل .

فعندما يبدأ الطفل في الدببة ثم المشي فإنه يدخل في مرحلة أخرى من مراحل تعليمه وتكيفه : مرحلة الاكتشاف وهي المرحلة التي تسمح له بممارسة فضوله ، وتدعيم فطنته ، وهذا الفضول الذي يظهر في هذه المرحلة ، هو الفضول نفسه الذي يتيح له النجاح فيما بعد في المدرسة وفي هذه السن تصبح الألعاب ذات أهمية إذ تعتبر وسيلة ليقظته وبالتالي لتربيته .

وفي مرحلة الخطوات الأولى يجب على الطفل أن يسير بحرية في المنزل حتى يتم التعرف إلى ما تتألف منه بيئته وعلى الأهل بدورهم، أن يسموا باستمرار وبذكاء إلى إبعاد كل الأشياء الخطرة. ولبدء من هذه السن، يستحسن إسماع الطفل الموسيقى (كلاسيكية ، فلكلورية الخ...) من أجل تعويد أذنه، في أبكر وقت ممكن على الاستماع للموسيقى.

وبين سن السادسة عشرة شهرا والثامنة عشرة شهرا تتكون لدى الطفل رغبة في مشاهدة كتاب مصور، وهنا على الأم أن تحرص على شرح الصور

بكل عناية وفطنة . ومع اليقظة الروحية لدى الطفل يصبح مستعدا نفسيا للتطور قليلا على طريق نموه .

وبين سن الثانية والثالثة ينتقل الطفل من حالة الطفولة إلى حالة الصبينة (من صبي)، وهذا التحول لا يتم عادة بالسهولة التي يتصورها البعض ففي العالم الثاني يكون الصغار عادة عنيدين، سريعى الغضب محبين للسيطرة ، والرقابة ولكن الخطأ الأماسي في التربية الذي ينبغي عدم ارتكابه هو ظهور الأهل بمظهر القساة ، المتزمطين ، للمتشددين ، لأن ذلك من شأنه أن يزيد من عناد الصغير وفي الإجمال، يقول أحد الاختصاصيين، من المستحسن ألا يطبق الأهل قواعد معينة إلا عندما يبلغ للطفل السنة الثالثة.

وفي المقابل ينبغي للصغار أن يعبروا بحرية عن مشاعرهم حتى ولو كانت غير مستحبة وعذبة أحيانا، وفي هذه السن، أي بين السنة الثانية والثالثة يمكن أن نعود الطفل على النظافة ، على أن يتم هذا التعويد في هدوء تام ، علما بأن عامل النظافة ، بالنسبة لأي ولد في هذه السن، هو أمر صعب جدا ، ولا ينل هذه الصعوبة سوى صبر الأهل ومحبتهم. وفي سن السنتين يلجأ الصغار عادة إلى "الخرطشة" والخرطشة هذه هي المقدمة للكتابة والرسم والولد الذي لم يتح له أن يمارس هذه الرغبة تصبح فرص إتقانه الكتابة والرسم من المستقبل أقل ويقول الدكتور دورسن أنه في سبيل تشجيع الولد على هذه الرغبة " ينبغي تزويده دوما بالأوراق والأقلام واللوح الأسود ". ويعتبر دورسن أن الخرطشة هي وسيلة للتعبير لدى الصغار الذين يتعلمون في الكلام ، فهي تحرك فيهم الانفعالات ، والوعي الباطن".

وإذا كان ابن الثلاث سنوات هادئ الطباع ومهضوما ، فإن ابن الأربع سنوات على العكس من ذلك ، إنه عنيف عدواني ، مشاجر يتجراً على أهله حتى أمام الناس، وفي مواجهة هذه الحالة لا تتفع غير الصرامة وإذا لم يظهرها الأهل فإنهم يكونون يحضرون أنفسهم لحياة قاسية في المستقبل مع هذا الولد العفريت . وإلى جانب الصرامة ينبغي إفساح المجال أمام الولد لممارسة حياته الاجتماعية لأن في هذه يبدأ بالميل نحو هذا النوع من الحياة الكفيل بأن يمتص مشاعره العدوانية .

وفي سن الخامسة ، وهي السن التي تعقب العام الدراسي ينبغي إعاره الولد الكثير من الاهتمام ، فعلى سبيل المثال ينبغي تشجيعه كلما أحرز تقدماً ، وعدم انتظار نجاحه لكي تتم تهنئته . وإذا كانت السنوات الأولى من عمر الولد قد مرت بشكل هادئ ومدرّوس فإن تلميذ المستقبل يجب ألا يلاقي أي صعوبات خاصة في التكيف مع الأجواء الجديدة .

هذا ما يقوله علماء التربية والاجتماع .. فهلا طبقنا هذه المبادئ "لبناء" قاعدة تربية صلبة لطفلنا الصغير وهو يستعد لمرحلة ما بعد سنوات الممت ؟  
إن المدرسة وحدها لا تكفي فلنكن لها المؤازر ، والمساعد لبناء جيل عربي سليم فكريا ونفسيا كي يعطي بلا حدود....



## (( كيف نساعد على التفوق في المدرسة ؟ ))

قامت إحدى المؤسسات العلمية بدراسة استقصائية حول ما يمكن أن يقدمه الأهل من مساعدة لأطفالهم وهم في المدرسة ، وقد استرشدت بآراء المعلمين في مدارس مختلفة (من رياض الأطفال إلى المدارس الابتدائية والإعدادية والثانوية إلى أساتذة التربية في الجامعات )، وقد وردت المؤسسة المئات من الأجوبة نورد فيما يلي مقتطفات منها: لقرني لطفك في مرحلة مبكرة من عمره حتى وهو في سنة أشهر من العمر وخصصي له ربع ساعة كل يوم تسمعيه قصة محبيه عند موعد نومه. لكي ترفعي من شأن الكتاب ، قدمي لطفك كتابا (هدية) في المناسبات الخاصة، كالأعياد وعيد ميلاده ، أو مكافأة له على نجاحه .

اشتركي لطفك في مجلات ثقافية ، وليكن الاشتراك مكافأة تشجيعية له ، إن ذلك سوف يدخل السرور إلى نفسه بأن يمتلك شيئا خاصا به كتلك القصة التي يتلوه لقراءتها مع كل عدد من المجلة في مطلع كل شهر.

شارك في طفلك متعة قراءة الأخبار الشيقة في الجرائد أو المجلات. علمي طفلك على استعمال القاموس في سن مبكرة وفي سن لاحقه وعلى الرجوع إلى المراجع العلمية إذ هي خير وسيلة لتقوية المفردات والقدرة على التعبير وتوسيع المدارك والحث على حب الإطلاع . حينما يبدأ طفلك بتعلم القراءة سجلي له بعض الملاحظات لإيضاح كيفية القيام بعمل ما ، ولتكن تلك الملاحظات بمثابة رسالة إطراء وشكر وتقدير على الرسم الجميل الذي خطه لك ، إن قراءة طفلك لهذا الإطراء سيعطيه شعورا وإحساسا بأنه قد قام بعمل مهم ، ساعدي طفلك في تكوين مكتبته الخاصة ولو كانت من علب الكرتون

(المقوى ) وليضعها فوق بعضها كرفوف المكتبة وليلونها أو يكتب عليها إشارة "مكتبة زياد" كأن يضع على الرف العلوي إشارة "الكتب التي قرأتها" وعلى الرف الأوسط "الكتاب الذي تقوم بقراءته" وعلى الرف الأسفل "كتب للقراءة"، إن تكوين طفلك لهذه المكتبة سوف يكون موضع فخره واعتزازه كما أنها ستحفزه على المزيد من القراءة والمطالعة. قبل أن تقرئي لطفلك قصة ما لذكري له عنوانها وأساليبه عن توقعاته عن القصة وما هو موضوعها بعد الانتهاء من قراءة القصة قارني وقائعها مع تصورات طفلك، أو قبل الوصول إلى نهاية القصة ، أسألي طفلك عن توقعه لنهايتها .

استخدمي برامج للتلفزيون الثقافية والترفيهية كوسيلة رافدة للقراءة ، فإذا استمع مثلا بمشاهدة برنامج عن الحيتان أو تربية الأسماك فمن المفيد أن تشتري له كتابا حول هذا الموضوع ، وإذا استمتع بمشاهدة برنامج عن عالم من العظماء أو زعيم من الزعماء أو بطل رياضي مشهور فلا تترددي بتزويده بكتاب عن قصة حياة هذا العالم أو الزعيم أو البطل. لا تكفي بمؤال طفلك عما تعلمه في المدرسة بل اطلبي منه أن يشرح لك الدرس أو للدروس التي تعلمها إن ذلك سوف يقوى من ثقة طفلك بنفسه من جهة ويساعد على ترسيخ الدروس في ذهنه .إذا كنت تساعد طفلك في التحضير للفحص أو الامتحان، فمن المفيد استخدام الأسلوب نفسه الذي يتبعه المعلم في المدرسة مثل اختيار أحد الاحتمالات الأربعة أو ملء الفراغات.

## (( ما هو الذكاء ؟ ))

ليس من السهل تعريف الذكاء ، فنحن لا نستطيع أن تعزل الذكاء ثم نضعه تحت المجهر لنختبره ونفهمه ، ولكننا نستطيع أن نلاحظ الذكاء وهو يؤدي وظيفته ويعمل ، إننا نستطيع أن نراه كل يوم في سلوك الناس ، فالذكاء وسيلة من وسائل الملوك ، دعنا الآن ننظر إلى بعض الملوك الذي نعتبره نحن عادة سلوكا ذكيا . الطلبة المتقدمون في دراستهم أذكاء . نستطيع أن نضع على رأس القائمة التي تتضمن أسماء من نعتبرهم أذكاء ، ذلك الطالب في التعليم الثانوي الذي حصل على تقديرات المعتادة منذ أن كان في رياض الأطفال ، وبعبارة أخرى ، نستطيع أن نعتبر سجلات المدرسة المعتادة دليلا على القدرات العليا . ماذا يطلب الحصول على التقديرات المعتادة ؟ إن الإجابة عن هذا السؤال نستطيع أن نعطينا دليلا على الذكاء ونهتئ لنا السبيل إلى فهم كنهه . ويأتي في الاعتبار الأول أن هذه التقديرات الممتازة تعتمد غالبا على مدى ما يستطيع الطالب أن يحققه في دراسته في سرعة وسهولة ويسر . خذ الرياضة مثلا ، افرض أن المدرسة شرح درسا في المعادلات الأتية لأول مرة ، ترى أن التلميذ الممتاز يفهم هذا الدرس بسرعة . أما إذا كان الدرس في اللغة الإنجليزية ، وكان المقرر (للتعيين) هو أن يقرأ التلميذ مائة صفحة في رواية ما في عطلة نهاية الأسبوع ، فإن هذا التلميذ الممتاز لا يجد مشقة كبيرة في فهم ما يقرأ أو في حفظه في ذكرته حيث يختبره المعلم في بداية الأسبوع التالي . إنه يستطيع أن يدرك المعاني للمجردة وأن ينجح في التدريب على دراسة المفردات والرموز ، وأن يفهم مدلول كل منها سريعا كما يستطيع أن يتذكر هذه المعاني وتلك للكلمات التي درسها . أي أنه باختصار طالب "ذكي" .

## الذكاء خارج جدران المدرسة

أين تستطيع أيضا أن ترى الذكاء وهو يعمل " ليس الذكاء مقصورا - ولاشك - على الطلبة المعتادين - ، فلاعب الكرة ، مثلا ينبغي أن يكون ذكيا أيضا، حقا لا يشترط أن يكون ذكاءه على نمط ذكاءه الطالب الجامعي أو من نفس نوعه وفصيلته ، ولكنه ينبغي أن يكون ذكيا ذكاء يمكنه - على الأقل - من أن يفوز في مباريات كرة القدم .

ما هي القدرات العقلية التي يحتاج إليها لاعب الكرة الممتاز ؟ إن نجاحه يعتمد على ممارسة الألعاب الصحيحة في الوقت المناسب مثل معرفته لمواطن القوة مواطن الضعف في أفراد فريقه هو ، كما يعتمد على تقديره وإدراكه لأفراد الفريق الآخر الذي يناضه ، أن مهمته تختصر في تحديد ما يتطلبه الموقف أثناء المباراة ، سواء أكان ذلك تمرير الكرة لأحد زملائه ، أم هجوما على مرمى الخصم ، أم تمريرة عكسية للكرة ... الخ ، وهذا يكفي لتفكير لاعب الكرة في وقت فراغه . انه لكي ينفذ أية فكرة عن هذه الأفكار في فترة لا تزيد على ثلاثين ثانية مسألة تحتاج إلى عقل وتفكير أي تتطلب ذكاء لا يشترط أن يكون من نوع الذكاء نفسه الذي تسجله المدارس لطلبتها في سجلاتها . ثم ما رأيك في مميّر ، هو الآخر ؟ انه طالب لا يظهر في تحصيله المدرسي ولكنه رغم ذلك يستطيع أن يربح عشرة جنيهات في الأسبوع الواحد من إصلاح أجهزة الراديو والتلفزيون في أوقات الفراغ ، ويقول الناس عنه : " انه يحمل فوق كتفيه رأس رجل من رجال الأعمال " . وهذا مرآف بطبيعة الحال لقولنا انه ذكي ..... على الأقل فيما يختص بالإصلاحات الكهربائية وما يتعلق بها من عمل ، وفيما يختص بكسب المال ، ولناخذ مثلا آخر

لطفل أصغر : انه رشيد ، وعمره ثمانية عشر شهرا إن أمه تقول له كل يوم في الصباح: "ما رأيك في أن تستحم الآن ؟" ثم تفتح صنبور الماء وقد تطورت الحال مع هذا الطفل اليوم بحيث انه إذا سمع صوت لسياب الماء في حجر أخرى، بدأ يحاول محاولته الأولى في نطق كلمة "حمام" ولذلك فإن أمه لا تخفي دهشتها وإعجابها بما يبديه طفلها من إشارات الذكاء .

فإذا أردنا بعد ذلك أن ندرس أمثلة لما يبديه الراشدون من ذكاء في سلوكهم وتصرفاتهم ، أخذنا سيرة ليلي حالة من هذه الحالات . إنها تجد حلا هادئا موفقا لمشكلة أطفالها الثلاثة الذين يتنازعون فيما بينهم من أجل الحصول على لعبتين تمثل كل منهما عربة تجرها الخيول (دوكار) . أما زوجها، فإنه بعد كثير من التفكير والتخطيط والقياس والمحاولة وحذف الأخطاء يستطيع أن يصل إلى طريقة تمكنه من وضع صوان "تولاب" تحت بالوعة المطبخ القديمة والمثل الثالث هو عبد العزيز- المهندس الميكانيكي انه يقترح على رؤساء العمل في المصنع وسيلة تمكنهم من اقتطاع ثلث الزمن المتخصص للإنتاج في ذلك المصنع وتوفيره. وهنا تسجل الشركة اسمه في قوائمها-قوائم الشرف - وتمنحه مكافأة مقدارها خمسون جنيها، هذا علاوة على ما ينتظر أن يحصل عليه من ترقية.

#### الذكاء.....والإعداد لمشكلات الحياة

إن اغلبنا - ولانشك - لو افترن على أن الناس الذين ورد ذكرهم في الأمثلة السابقة - صغيرهم وكبيرهم - كانوا يتصرفون تصرفا ذكيا ذلك لأن التخطيط ووزن الأمور والحكم عليها أو التعلم والتذكر ، كلها أمور تحتاج إلى ذكاء في التصرف.

والذكاء وسائل عديدة يفصح بها عن نفسه في باكورة حياة كل فرد منا ، فهو ليس مقصورا على تلك الاختبارات التي نعطيها لكبار الراشدين ، فتعلم الكلام ، وإصلاح أجهزة الراديو ، وتوجيه جهود أحد عشر لاعبا حتى يصلوا إلى خط مرمى الفريق المنافس ، وبناء الصواوين "الدوليب" والفرق ، وحسم المناقشات، طرق وأساليب السلوك الذي يتمم بالذكاء . أنها كلها وسائل لحل المشكلات ومسايرة المواقف الصعبة الجديدة التي تعرف للإنسان في حياته ومحاولة مكافحتها والتغلب عليها ، فالذكاء - بمعناه الواسع لو في أوسع معانيه - إن هو إلا القدرة على السير بنجاح في هذا العالم المعقد. أما بمعناه الضيق المحدود فإن الذكاء يبدو في قدره للناس على الإفادة من خبراتهم السابقة في التهيؤ للمواقف الجديدة التي تعرض لهم .

## (( نظريات تعليم القراءة ))

إن تعلم الطفل للغة أمه هو تعلم يبدأ في مراحل مبكرة من حياة الطفل يردها الباحثون الجدد إلى المرحلة الجنينية . وقد تأكدت هذه الفرضية بعد الأبحاث التي أثبتت مقدرة الجنين على سماع الأصوات الخارجية ( خارج رحم أمه ) وعلى حفظها .

على أن اكتشاف الطفل للغة يخضع لمرحل تطور جهازه العصبي . فالطفل كي يستطيع الكلام يجب أن يكون جهازه العصبي قد بلغ مرحلة من التطور تمكنه من التحكم بأوتاره الصوتية وبكميات الهواء الخارجة مع الألفاظ إضافة إلى قدرته على السيطرة والتحكم بحركات اللسان، الشفاه والحنك والطفل إن يكون لديه القدرة على الكلام فإن هذا التكوين يعتمد على عدد من الارتكاسات العصبية التي يكونها كل طفل على طريقه الخاصة وفق مخططاته العقلية الأولية المعروفة بالحسية - الحركية وفق تعبير بياجيه .

وعندما يتوصل الطفل إلى الكلام فإنه يكون بهذا قد توصل إلى استيعاب الروابط بين الأصوات والأشياء . فإذا ما تم هذا الاستيعاب أصبح الطفل مهينا للتطوير ، هذه الروابط لتشمل أيضا صورة الكلمات وليس فقط أصواتها . هذا وقد أثبتت تربية الأطفال العباقرة، عقم المحاولات الهانفة لتعليم الطفل القراءة في مرحلة مبكرة من مراحل طفولته ، إذ أن الأطفال الذين تم تعليمهم القراءة في سن مبكرة كانوا عاجزين على إيجاد الروابط بين الأمنيات وبين صور الكلمات . وعليه فإن مبادئ تعليم القراءة يجب أن تحترم القدرات العصبية للطفل ومرحل نمو الطبيعية ولكن عليها أيضا أن تبعد الطفل عن جميع مصاعب اللغة التي يعاني منها البالغ الأجنبي لدى تعلمه لهذه اللغة . وبالتالي

فإن من واجبنا أن نشجع الطفل على تعلم للكلمات السهلة والتي لا تحتوي  
تعقيدات قواعدية - لغوية . وفيما يلي نعرض لنظريات القراءة التالية :

#### ١ - الطريقة التقليدية .

وتعتمد هذه الطريقة (في لغتنا العربية) على مبدأ التهجّي. وهذه التهجّات  
هي في الواقع واحدة من أهم وأكبر المشاكل التي تواجه الأجنبي لدى تعلمه  
للغتنا العربية. ومما يزيد في تعقيد هذه المشكلة بالنسبة للطفل العربي (والبالغ  
الأجنبي) أن المخارج اللفظية في اللغة العربية تعتمد في معظمها على  
التشكيل. ومن شأن أخطاء التشكيل أن تؤدي إلى تغيير معنى الجملة بكامله.  
وإذا ما دققنا النظر لدي فحسنا للطفل والمتعلم بهذه الطريقة لرأيناها يحفظ  
عددا من الكلمات بشكلها الإجمالي. وهذه الكلمات هي بالتحديد تلك التي  
تصعب نهجتها ، وهذا التعلم بالجملة يؤدي في رأينا إلى إعاقة الطفل عن  
تحقيق تقدم سريع في مبادئ القراءة والكتابة .

#### ٢ - الطريقة الكلية ( الشاملة ) .

أو طريقة القراءة الكلية للقاضية بتعويد الطفل على استخراج المخارج  
اللفظية من الجمل المعروضة عليه . وبمعنى آخر فإن الطفل الأجنبي موعّد  
لاستخراج الحروف التالية : a - o - i-u-e-ou-eau-eu-ui-oi-ou أما  
الطفل العربي فعليه ان يستخرج الحروف التالية أ ، إ ، آ ، ي ، مي ، يا  
ثم ئ ، ي ، ي.... الخ ، وبهذا نلاحظ أنه عند التطبيق لابد وأن يخلط بين  
كل هذه الحروف وطرق لفظها ومن ثم لا يلبث ان يستسلم رافضا تعلم القراءة  
انطلاقا من قناعته بصعوبتها وبعدم قدرته على ذلك .

#### ٣ - الطريقة السلبية .



وترتكز هذه الطريقة على تعليم الطفل كتابة المخارج الصوتية الأساسية وهي بالعربية ، أ ، و ، ي ، وتعوضها عليه في كلمات بسيطة مثل أرنب ، ولد ، يد ، ومن ثم ندعو الطفل لاستخراج هذه الحروف من كلمات بسيطة مشابهة . ومع الوقت سيكتشف الطفل بنفسه أن ال (أ) لا تكون دائما منصوبة كما في أرنب ، أسد ... إلخ ولكنها أحيانا تكون مرفوعة مثلا في أسامة فيأخذها في البداية على أنها شواذ لكنه لا يلبث أن يأنفها مع الوقت ويطبق هذا على باقي الحروف . حتى يتوصل إلى اكتشاف الروابط بين الحروف وبين ألفاظه الصوتية . وقد سمينا هذه الطريقة بالسلبية نظرا لعدم تدخل المعلم في إقحام المبادئ اللغوية وترك اكتشافها لقدرة الطفل وملاحظته .

#### ٤ - طريقة القراءة السهلة .

وترتكز هذه الطريقة على تجنب الكلمات والحروف الصعبة لدى تعليم الطفل لمبادئ القراءة. فهذه للكلمات والحروف من شأنها خلق حواجز في طريق تعلم الطفل . وبمعنى آخر فإن هذه الطريقة تعتمد على تجنب الحروف والكلمات التي تقرأ بشكل مخالف للشكل الذي تكتب فيه . وذلك بهدف تجنب إرباك الطفل. ولكننا لدى تطبيقنا لهذه الطريقة على اللغة العربية يلاحظ أن كل حرف من حروفها يمكن أن يكتب ويقرأ بطرق عدة . مما يجعل تطبيق هذه الطريقة على الطفل العربي غير ممكنا .

#### ٥ - طريقة الكتابة المتقطعة.

إن تعويد الطفل على رؤية الكلمات بخط واضح منقطع، بحيث يبدو كل حرف متميزا عن الآخر ، يساعد الطفل على حفظ هذه الكلمات ويعطيه القدرة على تذكرها وقراءتها من الخطوط ( أ ، إ ، ا ..... إلخ ) وعلى شرار

سابقاتها فقد واجهت هذه الطريقة صعوبة تطبيقها على اللغة العربية . ففي العربية تتدخل الحروف فيما بينها حتى يختلف شكلها عنه في شكلها الأبجدي . ولناخذ على سبيل المثال كلمة حصان . فهي تكتب بالعربية حصان في حين أن حروفها الأبجدية تكتب : ح ، ص ، ا ، ن . أما في الفرنسية فهي تكتب CHEVAL بحيث تحافظ الحروف على شكلها الأبجدي دون تغيير وهذا ما يسهل تعرف الطفل الفرنسي على الحروف المؤلفة للكلمة في حين يصعب ذلك على الطفل العربي ولتلاقي هذا النقص فقد عمدنا للأسلوب التالي :

### حصان ح ص ا ن

ولكن هذا الأسلوب لم يكن حديثا في أساليب تعليم العربية بحيث يمكننا التأكد ان تعقيد وصعوبة لغتنا العربية جعلنا من معلمي العربية يتفوقون على أقرانهم الغربيين ويتوصلون الى النتائج قبلهم .

### درجة الانتباه أثناء الاستذكار :

الواقع أن درجة الانتباه أثناء الاستذكار تلعب الدور الرئيسي في التعليم .. والكثير من الطلاب يعانون من صعوبة فيه فلماذا يحدث ذلك ؟

هناك أولا الأسباب الجسمية .. فالإرهاق والأرق ... وصعوبة الاسترخاء .. وعدم الانتظام في تناول وجبات الطعام ... وقلة تناول الفيتامينات ... والاضطراب في الغدد الصماء .. كل هذه الأسباب تقلل من حيوية الفرد .. وتضعف من مقاومته .. مما يؤدي إلى أما الأسباب النفسية فأنها تنلخص في كثرة أحلام اليقظة والسرمان في الصورة التي سيكون عليها المستقبل والمتاعب الحالية والماضية .. والوساوس التي تسيطر على الفكر لأي سبب والأسباب وهنا يستطيع الطبيب مساعدة الطالب على التخلص من هذه الأحلام والوساوس

وهناك أيضا الأسباب العقلية .. مثل مرض الاكتئاب .. أو الانقصاص .. وهي حالات مرضية تحتاج إلى علاج .

أما المشاكل العائلية المستمرة .. والصعوبات المنزلية .. والنزاع الدائم بين أفراد الأسرة .. فإنها أسباب اجتماعية يجب حلها حتى لا تؤثر في قدرة الطالب كما يجب أن نضع في الاعتبار مجموعة من العوامل الخارجية مثل قلة الضوء .

### تنوع المواد ضروري

لا يجوز أن نستذكر في وقت واحد مواد متشابهة حتى تتداخل المعلومات بعضها مع بعض مما يؤدي إلى صعوبة التذكر ... فمثلا من الضروري أن يأخذ الطالب فترة راحة قصيرة متكررة أثناء المذاكرة .. فليس من الحكمة أن يستذكر ثلاث ساعات .. ثم يستريح ساعة .. بل الأفضل أن يستذكر لمدة ساعة ويستريح ثلاث دقائق .

وللحفاظ بما تعلمناه يحتاج الفرد لفترة معينة من الوقت تهتم بها عمليات كيميائية في بعض المواد البروتينية في المخ. والمعروف أن الأحداث القديمة تأخذ وقتها في التدعيم وبالتالي يسهل تذكرها .. أما الأحداث القريبة فلم تتح لها الفرصة للتدعيم الكافي .. ولذلك فإنها تكون عرضة للنسيان أكثر من غيرها .

أما العملية الأخيرة في التذكر فهي عملية استدعاء المعلومات وأهم ما يؤثر في هذه العملية هو الترابط .. ويمكن أن نذكر في هذا المجال ما يحدث عندما تذكر الطالب بكلمة أو جملة فيسارع على الفور بذكر التفاصيل الكاملة لأن عملية الترابط تساعد. أما الأبوية التي يستعملها بعض الطلاب للاستذكار

وهي الأدوية المنبهة التي تعطي الطالب القدرة على السهر فإن لها عيوبها وهي أنها تجعل الطالب في حالة إرهاق تام .. بل تعرضه للإرهاق في بعض الأحيان.

### مذاكرة مادة لمدة طويلة خطأ

ويجب على الطالب ألا يذكر علما واحداً لمدة طويلة .. ثم إعادة مذكرته أملاً منه أن ينتهي من هذا العلم.. فهذه الطريقة تساعد على النسيان .. فكثير من الطلاب يتركون بعض العلوم للشهر السابق للامتحان أملاً منهم في أن التركيز على هذا العلم لمدة أسبوعين أو ثلاثة سيجعلهم قادرين على إتقانه .. ولكن الواقع أن العكس هو الصحيح .. فلو أن الطالب ذاكر جزءاً من العلم .. ثم تركه مدة .. ثم أعاده ثانياً.. فإن ذلك يساعده على عملية التذكر. وأخيراً أوجه هذه الملاحظة إلى الأهل .. أن التعليم يحتاج لقدرة ذكائية خاصة .. وقد شاهدت الكثير من الآباء وهم يضغطون على أولادهم للاستنكار .. ولو أدى الأمر إلى الاستعانة بالمدرس الخصوصي.. وهم غالباً ما يتجهون إلى إهانة الأبناء عند الفشل. وقد فحصت بعض هؤلاء الطلاب .. ووجدت أنهم مختلفون ذكائياً.. وأن نكاهم لن يسمح لهم إطلاقاً بالنجاح في هذه السنة الدراسية .. ومثل هؤلاء يصبحون فريسة لضهاد الوالدين دون أن يقرئوا أي نذب .

### (( الأطفال المشاكسون في المدارس ))

لماذا يشاكس بعض الأطفال ويظهرون عدوانية وتسلطاً ؟ البعض من علماء التربية يعيدون السبب إلى ما يتلقاه هؤلاء من معلومات اجتماعية وبيئية بينما يرى آخرون أن الأمر عائد للطبع وليس للتطبع .

نفهم من ماهية السلوك الذي تسلكه هذه الفئة من المشاغبين المحبين للتسلط على من هم دونهم صحة أو كفاءة جسمانية أو عقلية ، من أقرانهم من زملاء الدراسة أو اللعب ، ينبغي أن نعرف ، أولا كيف نمت هذه الروح العدوانية في نفس المشاغب (Bully)، وإلى أي درجة انخرست في كيانه ، وهل صارت طبيعة فيه ، ووجود هذه الفئة من محبسي المشاكسة والتسلط والاعتداء على الضعفاء أو المستضعفين، دليل على أن مراعاة القيم الإنسانية ناقصة ، إذ إن الحياة الاجتماعية للأطفال ، تلك الحياة التي ينظر إليها في أغلب الأحيان على أنها جزء مكمل للطفولة ، إنما هي في حقيقة أمرها جزء أساسي لا تكميلي ، وأنه لا سبيل بدون اكتمالها إلى حدوث تطور صحي سليم في حياة الطفل .

وحب التسلط والعدوان ليس مرحلة قصيرة المدى ، يمكن أن يتجاوزها الطفل بعد مرور بضع سنين، ثم يتحول بعدها إلى شاب سوي ناضج، فالروح العدوانية يمكن أن تبدأ في سن الطفولة ، فإذا لم تعالج وتقوم، فإنها تُلَازِم الصغير حتى يبلغ سن الشباب وما بعدها. فالعدوانية وحب المشاكسة هما من أكثر أنماط السلوك البشري ، ثباتا وديمومة .

من هو المتسلط ؟

ليس هنالك من تعريف قياسي للشخص العدواني المتسلط ، ولكن بعض رجال التربية حللوا صفات التسلط بقولهم إن له ميلا متكررا إلى العدوان الذي تحدوه رغبة سلبية موجهة من أحد الأطفال للعدوانيين إلى طفل آخر . وهذا السلوك قد يسري على طفل واحد يتمتع ببسطة في الجسم وقوة في العضلات ، كما قد يسري على جملة من الأطفال الذين يتضاغفرون ويحبون

التحرش بزميل لهم، عاجز عن الدفاع عن نفسه (أو نفسها ، إذا كانت المتسلطة فتاة، لها مثل هذه الصفات العدوانية ) والملوك الذي يملكه الشخص المشاكس المتسلط العدوانى ، يقصد منه إحداث الكرب في نفس الشخص المستهدف، ان أكثر الذين تطلق عليهم صفة التسلط هم من الصبيان ، وضحايا هؤلاء يكونون عادة من كلا الجنسين . وخلافا لما يظنه كثير من الآباء والأمهات ، فإن الرغبة في التحرش والمشاكسة والعدوانية ، ليست صفة بعينها تفرز نفسها بنفسها بشكل طبيعي ، وإنما هي صفة متأصلة ينبغي أن تقوم وتحارب .

### للعنوان متعدد الأنواع

قد يكون العدوان الذي يلجأ اليه الأشخاص المتسلطون المدلون بقوة أبدانهم أو وسامتهم أو ثرائهم ، قد يكون هذا العدوان بدنيا بالدفع أو الضرب أو الرفس وقد يكون لفظيا ، بالشتم أو السخرية أو الإهانة. ولا يكتفي المشاغب المتسلط بأن ينال من "ضحيته" المستهدفة بالعدوان، مواجهة ، وإنما يقع فيه ويحقره بين أقرانه أيضا .

إن الأرقام الإحصائية التي تظهر نسب أولئك للمشاكسين المحبين للتسلط والعدوان، إلى نسب الأشخاص الأصحاء الأسوياء، هذه الأرقام متباينة، فهي تختلف من دراسة إلى أخرى ، ومن بلد إلى بلد ، وبوجه خاص من مدرسة إلى أخرى . والمشاكسون مختلفون بطبيعتهم عن أقرانهم ومن يحيطون بهم، والدراسات تكاد تجمع على أن أولئك الأشخاص لهم تركيب ومزاج يمتازان بهما عن غيرهما من الناس العاديين - ففيهم ميل فطري إلى الاعتداء، وبهم هوس وميل إلى الشك في أي حركة. ويعززون إلى مساوهم دائما ميلاً إلى معاداتهم. والمشكلة هنا هي أن الشخص العدواني يستنصر عند ضحيته رغبة

باستنزاهه، وهي رغبة لا وجود لها في أغلب الأحيان، وأنه يأخذ هذا الشعور الكاذب ويحمّله لتبرير سلوكه العدوانى، كأن تُتهم الضحية بأنها قد احتكّت بذلك الشخص عمداً، ولستطت كتاباً من يده مثلاً. وإذا حصل مثل ذلك الحادث دونما قصد، فإن الشخص العدوانى يثب على هذه الحجة ويفسر الحادث بأنه عبارة عن تحدّ ودعوة للخصومة.

### سبب الروح العدوانية

أولئك الأطفال المشاكسون ميّالون الى العدوان لأنهم يسيئون فهم ما يتلقونه من معلومات اجتماعية على شاشة للتلفزيون أو من البرامج الإذاعية العنيفة، أو من بيئتهم، ويفسرونها بأنها تقر الانتقام وسوء "التصنيع" هذه للمعلومات الاجتماعية هي التي تولد في نفوسهم الجو الملائم لاقتراف العنف وجعله وسيلة لحل المشاكل، وأن العدوان هو الطريقة المثلى لحل الخصومات. كما أن الطفل المشاكس العدوانى المحب للتسلط، هو طفل لا يصدّه إحساس بالقلق.

### الأصل القائم في سنوات الطفولة

إن كل المحاولات لتحري عن أصل العدوان وجذوره، تردّ هذا الأصل الى سنوات الطفولة المبكرة، وقبل التحاق الطفل بالمدرسة، وهذا العدوان ينمو في نفس صاحبه ويلزمه في مختلف سني دراسته بعد ذلك، وأولئك الأطفال العدائين لا يصادقون أكثر من صديقين أو ثلاثة - يختارون من نفس طينتهم العدوانية.

ولكن إذا كان طلاب المدرسة من زملاء أفراد هذه العصابة، معجبين بقواهم العضلية، فإن "شعبية" أولئك "الأقوياء" ما تلبث أن تأخذ في التناقص

بمرور السنين والتقدم في العلم. فإذا بلغ أولئك المتسلطون الصفوف الدراسية العليا، فإنهم لا يختلطون إلا بمن كانوا على شاكلتهم من الطلاب الكبار العدوانيين وهؤلاء قد يفوزون بإحراز ما يصبون إليه، بقوة عضلاتهم وحبهم للاعتداء، ولكن أقرانهم في قرارة أنفسهم ينفرون منهم.

ومن الجائز ألا تكون روح العدوان والمشاكسة وحب التسلط، واحدة لدى مختلف ثقافات العالم. ولكن لهذه الروح العدوانية جذور متأصلة في سائر الثقافات، وإن يكن ذلك للتأصل على درجات. ولكن بغض النظر عن البيئات والمناطق التي يعيش أولئك العدوانيون في ظلها، فإنهم لا يعدون مكاناً معيناً ملائماً بشكل خاص لأنشطتهم. فلكثر هذه الأنشطة العدوانية تقع في باحات المدارس وفي أبنائها المزحمة، ولا سيما في الزوايا المفتقرة إلى الرقابة والاشرف. ومن الملاحظ أنه كلما صغر الطالب أو الطالبة، ازداد حظه من الوقوع ضحية المتسلطين أو المتسلطات، لأنه إذا كان هناك شيء واحد مشاع بين المستبدين كافة من أولئك المتسلطين، فهذا الشيء هو أن ذلك المستبد يتعد أن يختار لنشاطه العدواني شخصاً أصغر منه سناً أو أضعف جسماً. هذا من جانب، ومن جانب آخر فإن الضحايا (طلاباً وطالبات) يتحملون جانباً من وزر هذا العدوان، وذلك لأنهم ذوو صفات نفسية خاصة تجعلهم هدفاً سهلاً لتسلط المتسلطين. فالمعتدى عليهم في سائر الأحوال، هم أشخاص متمتعون بحساسية زائدة وبهم ميل إلى الهوى والحذر، أكثر مما لدى أقرانهم، كما أنهم أكثر تلقاً منهم. وأكثر هذه الصفات تشجيعاً للراغبين والراغبات بالعدوان والمشاكسة والتسلط، هي أن لأولئك الضحايا نظرة سلبية إلى العنف، فهم أميل من سواهم إلى عدم التصدي والمواجهة. وفي مدارس الطالبات، تكون الضحايا أقرب من "جلادتهن" لتخرطاً في البكاء وذرف الدموع عند تعرضهن للهجوم.



وكما أن محبي السيطرة والتسلط هم من الحقائق التي لا بد من التسليم بوجودها في شتى الأوضاع والبيئات، فإن هناك حقيقة أخرى لا سبيل إلى إنكارها، وهي أن تخالداً ضحايا العدوان أيضاً يؤدي إلى كثير من المصاعب الاجتماعية - النفسية. فصحيح أن المشاكس المتسلط شخص بغض على كل نفس، ولكن ما من إنسان يحب شخصاً يتقبل العدوان ويرتضي لنفسه المذلة، واستخذاء المستضعفين يثير احتقار أترابهم لهم، مثلما يثير عدوان المعتدين، احتقار أولئك الأتراب ونفورهم أيضاً. وضحايا العدوان المستسلمون لا يظفرون بكرامية "جلاديتهم" فحسب، وإنما يرفضهم أقرانهم الأسوياء أيضاً. فقليلون هم الذين يصادقونهم، وكثيرون هم الذين يكرهونهم. وأولئك الضحايا تتولد في نفوسهم وجهة نظر سلبية إزاء مدرستهم، فيكرهون الذهاب إليها. كما أنهم يقومون فريسة شكوى وأوجاع بدنية أيضاً كالصداع وآلام البطن وسواها. وينعكس ذلك على أدائهم الدراسي أيضاً فتقل فوائدهم من الدراسة ويحززون أدنى العلامات مما يزيد من شعورهم بالضعة. وهذا كله يؤثر على المستوى العام للتعليم والثقافة.

### التأثير الضار

لقد تبين من إحدى الدراسات التي أجريت للاهتمام إلى الخصائص التي تميز الأشخاص المهيئين للوقوع ضحية اعتداء المعتدين وصلف المشاكسين، أن أولئك الضحايا يأتي أكثرهم من أسر تنفق عليهم من طرق الحماية والعناية، ما يفوق الحدود المعقولة. ونتيجة لذلك فإن أولئك الأشخاص يصبحون مفتقرين إلى التجارب التي يستطيعون من خلالها الوقوف في وجه ما يعترضهم من مشاكل حياتية، وهي القوة التي تشكل واحدة من الحقائق الهامة

في الحياة الاجتماعية. كما يصبح أولئك الضحايا مجردين من النقشة بأنفسهم وقدرتهم على مواجهة للحياة بأنفسهم. وهذه "الحماية" الأميرية الزائدة تحول بين الصغار وتعلم المهارات اللازمة لمنع استغلال الآخرين لطبيعتهم وهذوتهم.

### أنشطة مربية

ان محبي التسلط والعدوان والمشاكسة يستوطنون عوالم خفية مغلقة مختصة بالصغار، تحت مرأى ومسمع من الكبار دون أن يظنون أحد لوجودهم. فالمدراس بعامة تنفي وجود مثل هذا الصنف من الأشخاص بين طلابها، رغم أنهم موجودون فعلاً وكذلك معظم الآباء والأمهات لا يدرون بوجودهم. فالأطفال من الضحايا قد يتهمون أنفسهم بأنهم هم السبب في وقوع ما يقع لهم، لذلك فهم يخلطون من أنفسهم ويكرهون أن يصارحوا ذويهم بحقيقة ما يجري لهم هرباً من مشاعر العار والإذلال.

زد على ذلك أن الحياة الأميرية الحالية قد أصبحت لا تتسع لكثير من الأخذ والرد بين الوالدين ولبنائهما، ولما عرف الوالدان حقيقة ما يحدث في مدارس أطفالهم، لأنه كلما انفرد الأب أو الأم بطفلها أو طفلتهما وسألهما عن أحوالهما الاجتماعية بالمدرسة - وليتهما يفعلان!

### ولبنات للمشاكسات ما شأنهن؟

ان أكثر الدراسات عن الأنشطة المتعلقة بحب المشاكسة والعدوان والتسلط، قد أجريت على الصبية. والسبب في ذلك أنهم أكثر ممارسة لعدوانهم، على رؤوس الأشهاد. ولكن الدراسات تبين أيضاً أن هذا النشاط للعدواني ليس مقتصرأ على الذكور. لذلك فإن ما يفعلونه لا يصح أن يؤخذ

مقياساً لتوضيح أسباب هذا السلوك. وإنما المقياس الصحيح هو تحديد معنى ما هو مقصود بالعدوان. وهذا المعنى لخص نتيجة للدراسات المتنوعة بأنه الرغبة في "إحراق الأثم أو الأذى للآخرين". وهذه الرغبة يمكن أن تخالف نفوس الفتيات أيضاً كما تخامر نفوس الفتين. ولكن للفتيات توجهات خاصة من هذه الناحية يمكن تخليصها في الأفعال التالية:

- بث الشائعات المؤذية ضد الضحية بين رفيقاتها.
- حث الآخرين على الانصراف عن حب فلانة من الناس.
- محاولة الاستبداد والتحكم بالضحية عن طريق اللجوء إلى طريقة العزل الاجتماعي والقطيعة.
- التهديد بنبذ صداقة الضحية إذا لم تفعل كذا وكذا ....

لقد دلت الدراسات على أن الفتيات والنساء أكثر تقديراً للأمور المتعلقة بالصداقة والعلاقات الوثقى، وإقامة مخادنة بينهم وبين زميلاتهن. لذلك فإن من أسباب الأذية والأضرار التي قد تلجأ إليها الفتاة، هي الضرب على وتر هذا الميل الفطري للمصداقة والمخادنة، بقصد إحداث الضرر المرغوب فيه.

## (( صفة طفاك بين يديك ))

خطة قومية للحفاظ على حياة أطفالنا  
من أمراض الجهاز التنفسي الحادة

من أجل الحفاظ على حياة أطفالنا من مخاطر الأمراض المختلفة ...  
كان مشروع الحفاظ على حياة الطفل ثمرة اهتمام الدولة والأجهزة الصحية في  
مصر .. لمكافحة كل الأمراض التي يتعرض لها الطفل المصري .. ومن ضمن  
هذه الأمراض .. أمراض الجهاز التنفسي الحادة التي تصيب الأطفال بنسبة  
كبيرة، وتؤدي إلى حدوث نسبة عالية من وفيات الطفل تحت سن ٥ سنوات.

حول هذا الموضوع .. قال الدكتور صلاح مذكور .. مدير عام الحجر  
الصحي والمسؤول عن مكافحة أمراض الجهاز التنفسي الحادة بالمشروع  
القومي للحفاظ على حياة الطفل ..

من الأبحاث التي تم إجرائها في أماكن مختلفة في مصر ... تبين أن  
السبب الأول في وفيات الأطفال هو الإسهال. وكان السبب الثاني لوفيات  
الأطفال .. التهابات الجهاز التنفسي الحادة وخاصة الأنواع المختلفة من  
الالتهابات الرئوية .. ولما كان المشروع القومي لمكافحة الإسهال قد حقق  
نجاحاً كبيراً في خفض معدلات وفيات الأطفال الناتجة من الجفاف الذي هو  
السبب المباشر للوفاة من أمراض الإسهال ... فقد اهتمت وزارة الصحة  
بقبول التحدي والنزول في معركة مكافحة أمراض الجهاز التنفسي الحادة  
بفرض تخفيف وفيات الأطفال إلى الحد الذي يمكن لمصر أن تتفخر بخفض  
نسبة وفيات الأطفال إلى معدلات الدول المتقدمة ... ومن الهدف من مكافحة

امراض الجهاز التنفسي ... قال الدكتور صلاح مذكور ... تخفيض نسبة وفيات الأطفال أقل من ٥ سنوات من هذه الأمراض بمقدار ٢٠% سنوياً في خلال ٥ سنوات، وبجانب هذا الهدف توجد أهداف أخرى ...

١- وقاية الأطفال من حدوث الأمراض التنفسية الحادة.

٢- الاكتشاف المبكر لهذه الحالات وسرعة التعامل معها، وذلك منعاً للمضاعفات التي تؤدي الى الوفاة. ومن خطة المشروع لمكافحة أمراض الجهاز التنفسي ٠٠٠ قال:

تقوم الخطة الخمسية على الآتي:

١- توفير الخدمات الطبية والصحية لكل أطفال مصر لسرعة اكتشاف وتشخيص وعلاج أمراض الجهاز التنفسي.

٢- تدريب ما لا يقل عن ٨٠% من العاملين في الحقل الصحي من أطباء وممرضات ومعاونين ٠٠٠ على كيفية اكتشاف الحالات والتعامل الفوري معها وعلاجها.

٣- عمل التثقيف الصحي اللازم للأمهات ونشر الوعي الصحي بينهم للاكتشاف المبكر لحالات الجهاز التنفسي وعلاجها.

٤- ضمان المشاركة الشعبية من أجل تحقيق الهدف من المشروع وهو صحة أفضل لأطفالنا.

٥- اجراء البحوث اللازمة لمعرفة للوضع الصحي الحالي فيما يتعلق بأمراض الجهاز التنفسي واستمرار تطوره حتى نهاية المشروع.

٦- التقييم المستمر للجهود الصحية التي تبذل في هذا المجال لتحقيق الأهداف حتى يمكن معرفة الاتجاه الصحيح للمشروع والنتائج الإيجابية أولاً فأول.

٧- توفير الرعاية الصحية من فحص وعلاج وأجهزة تشخيصية فسي جميع الوحدات الصحية في ربوع مصر، ليجد كل طفل مصري ما يحتاجه من تشخيص وعلاج في سهولة ويسر.

٨- إنشاء نظام جيد لتحويل الحالات المرضية من خلال مستويات الخدمة الصحية الأعلى.

٩- ضمان توفير الأدوية العلاجية اللازمة في كل الوحدات الصحية.

١٠- سيتم دمج هذه الخطة ضمن خطة الخدمات الصحية الروتينية بحيث يمكن استمرارها بعد انتهاء فترة المشروع.

وعن أنواع الأمراض الجهاز التنفسي الحادة، قال: أمراض الجهاز التنفسي الحادة تشمل الآتي:-

١- الالتهابات التي تبدأ من البلعوم واللوزتين والبلعوم والحجرة والقصبه الهوائية والشعب الهوائية والرئة.

٢- الالتهابات الرئوية المختلفة وكذلك التهابات اللوزتين وبعض الأمراض الأخرى مثل الدفتيريا والسعال الديكي والحصبه والالتهاب السحائي والجذري كما تشمل للتهابات الأذن الوسطى.

وعن نسبة الوفيات من الأطفال بسبب أمراض الجهاز التنفسي الحادة ٠٠٠ قال: للنسبة حوالي ٣٢% من وفيات الأطفال أقل من ٥ سنوات.

وفي ختام حديثه لطبيبك الخاص قال: لقد تم عرض الخطة الخمسية لمكافحة أمراض الجهاز التنفسي الحادة في حلقة علمية أقيمت مؤخراً، وحضرها عدد كبير من المسؤولين بالمشروع القومي للحفاظ على حياة الطفل كما حضرها اساتذة الطب في الجامعات ووزارة الصحة والقوات المسلحة، كما حضرها الدكتور بيرمان استاذ طب الأطفال بجامعة كلورادو بالولايات المتحدة الأمريكية، وخبير الجهاز التنفسي الحادة، كما حضرها ممثلون عن الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية واليونيسيف، وقد لفتتوا جميعاً بما جاء في الخطة المصرية لمكافحة أمراض الجهاز التنفسي الحادة ولقروها، وسوف يبدأ فوراً في تنفيذها، وسوف تشعر كل أم من الآن أن طفلها سيكون بخير وبصحة جيدة.

## (( نصائح طبية لك ولطفلك ))

### لوقايتته من الإسهال والجفاف ((

- المحافظة بكل الطرق على الرضاعة الطبيعية:- وذلك بالبدا مباشرة بعد الولادة بوضع الطفل على صدر امه ... عدم الالتزام بأي مواعيد للرضاعة لأن لبن الأم يزيد إفرازه بتكرار مرات الرضاعة للطفل.
- أن تكوين لبن الأم هو الأنسب لطعام الطفل، فهو سهل الهضم ويحتوي على انزيمات تساعد على هضم الدهون، وكذلك يحتوي على أجسام مناعية تساعد على حماية الجهاز الهضمي ضد الميكروبات المعوية خاصة في الفترة الأولى من حياة الطفل (لبن المسمار).
- المحافظة على نظافة الثدي وملاحظة عدم وجود التهابات بالحلمة عند رضاعة الطفل.
- عدم استعمال الحلمات الصناعية، لأنها غالباً ما تتعرض للذباب والحشرات والتلوث.
- عند فطام الطفل يجب إعطاؤه الطعام تدريجياً، بما يساعد معننه على تقبل الطعام، بحيث تكون مواد الطعام سهلة الهضم ومناسبة لعمره كالمهلبية، والخضار المسلوق (بطاطس وكوسة وجزر).
- الحرص على نظافة جسم الطفل ويديه وملابسه والأواني التي يتناول طعامه فيها.
- قص أطاقر الأم لأن الميكروبات تختزن بها وتنقل الى الطعام عند



#### تحضيره.

- في حالة تغذية الطفل بالرضاعات الصناعية يجب مراعاة تعقيم الزجاجات المستعملة في الرضاعة بغليها على الأقل عشر دقائق، وكذلك الماء المستعمل في تحضير الرضعة مع إرضاع الطفل لل لبن المكون خلال نصف ساعة من تحضيره على الأكثر أو تحضير لبن آخر، ويجب غسل الزجاجاة بعد الرضاعة مباشرة.
- في حالة حدوث الاسهال يجب استعمال محلول معالجة الجفاف مباشرة. وكذلك عدم التوقف عن رضاعة الطفل وتغذيته خلال فترة الاسهال.
- عند إذابة محلول الجفاف، يجب مراعاة حجم المياه المضافة للكوب (٢٠٠سم ٢ ماء) - وعدم إضافة أي شيء للمحلول حتى لا يفقد خواصه.
- عدم إعطاء أي مضادات حيوية للطفل عند الإصابة بالاسهال إلا بإذن الطبيب.

## صحة الأسرة = رفاهية المجتمع

عزيزي الأب عزيزتي الأم ، ومن أجل صحة الأسرة ورفاهية المجتمع ان المسؤولية بالدرجة الأولى تقع على الأم نؤكد ما ثبت حقاً من الدراسات من أن معدلات اطفال السيدات المتعلّقات أقل منها بين أطفال السيدات غير المتعلّقات حتى ولو كان الأب متعلّماً وقد يرجع ذلك الى عاملين أساسيين: أولهما زيادة الوعي الصحي لدى الأمهات المتعلّقات وثانيهما قلة متوسط عدد الأطفال بين الأمهات المتعلّقات عنه بين الأمهات غير المتعلّقات مما يتيح لهم فرص أفضل لرعاية الأم. نلخص من ذلك بأن المدخل الرئيسي لحماية أطفالنا على المدعى للبعد هو زيادة نسبة التعليم بين الأمهات، وهذا لحسن الحظ ما يحدث في حاضرتنا هذا وإن كنا نتمنى المزيد. أما على المدى القريب فإن المدخل الطبيعى كحماية أطفالنا هو زيادة الوعي الصحي للأمهات، ولا يعنى ذلك تعريفهن على الحقائق العلمية عن الأمراض ومسبباتها إنما يجب أن يكون التركيز على الخطوات العملية التي ينبغي عليهن عملها ليس لحماية أطفالهن فقط، إنما لحماية أفراد الأسرة جميعاً، وليس في ذلك مبالغة فإن الأم هي راعية الأسرة كلها معيشياً واجتماعياً ونفسياً وبالتالي صحياً.

ولو قصرنا حديثنا هذا على الأطفال ولكن هذه امثلة على ما أقول.

دعنا نتذكر سوياً نوعية الأمراض القاتلة التي تصيب أطفالنا، واغلبها ينحصر في عدد محدود من مجموعات الأمراض أهمها: سوء التغذية والأمراض المعدية (الإسهال، الحصبة، التهاب الجهاز التنفسي الحاد)، والحوادث (المنزلية وغير المنزلية) ولعل سوء التغذية هو اهم تلك المجموعات لسببين: أولهما، أنه فضلاً عن تأثيره على النمو البدني والعقلي للطفل، فإنه

يضاعف من فرص تعرضه لكثير من الامراض المعدية كما تزداد حالة سوء التغذية بتكرار إصابة الطفل بالأمراض المعدية.

أما السبب الثاني لأهمية سوء التغذية فهو ان تجنبه ميسور لكل أم يتوفر لديها القدر الأدنى من المعرفة بأهمية تغذية الطفل السليم والمريض على السواء. ومن ثم فإن النصيحة الطبية لحماية طفلك من سوء التغذية - عزيزتي الأم- تتلخص في أربع قواعد صحية هي:

١- الاهتمام بتغذية الطفل بإرضاعه من ثدي أمه منذ الساعات الأولى لولادته واستمرارها "حولين كاملين لمن أراد أن يتم للرضاعة" (صدق الله العظيم وتجلت حكمته وبما لا يقل عن عام ونصف ...).

٢- البدء في إطعام الطفل الرضيع (تغذية تكميلية) ابتداء من الشهر الرابع (أو السادس على أكثر تقدير)، تدريجياً الى جانب الرضاعة.

٣- أما إذا اضطررت - عزيزتي الأم الى إرضاع طفلك رضاعة صناعية (لبناً خارجياً). فلن عليك أن تهتمي جيداً بطريقة تحضير الرضعات، وبنظافة أدوات الرضاعة بغسلها جيداً عقب كل رضعة وعليها قبل إعداد الرضعة التالية وتجلب تلوثها بالحشرات.

٤- أما في حالات المرض فإن التغذية هامة وضرورية لزيادة مقاومة الجسم للمرض. والمساعدة على سرعة الشفاء..

فلا تنكاسلي عزيزتي الأم في التردد على مركز رعاية الأمومة والطفولة أو الوحدة الصحية بقرينك لمتابعة نمو طفلك، واستشارة الطبيب أو اختصاصية التغذية أو الممرضة في نوعية وطريقة اعطاء الأغذية للتكميلية.

## ((الرضاعة الطبيعية = طفولة سعيدة وشباب دائم))

تعتبر الرضاعة من ندى الأم نعمة الالهية كبرى لكل من: الأم والطفل والأسرة والمجتمع والإنسانية جمعاء.

### فبالنسبة للأم:

توثق رضاعة الثدي بين الأم وبنيتها وتصبح الأم هي قاعدة الأسرة المتينة الملتحمة بأبنائها برابط يستمر مدى الحياة.

كما أن مص حلمة الثدي يمنح الأم سعادة كبرى خصوصاً عندما تضع طفلها على ثديها عقب الولادة .. فتكون الرضاعة هي جائزتها الكبرى على ما عانته من تعب الحمل والولادة.

ومص الحلمة يساعد على إفراز اللبن فور الولادة، ويساعد على عودة الرحم لحجمه الطبيعي، ويقلل من النزيف الذي يحدث عقب الولادة .. وبذلك تحفظ الأم بحيويتها كما أن رضاعة الثدي تقلل من نسبة حدوث سرطان الثدي كما أثبتت الإحصائيات المقارنة بين حدوثه في كل من أمريكا واليابان.

والرضاعة أيضاً تعيد للأم رشاقته .. فهي تستهلك الشحوم الزائدة التي اختزنها الجسم خصيصاً .. ليدها بالطاقة التي تستخدمها في إفراز اللبن.

وأخيراً .. فإن الرضاعة لمدة سنتين كما أمر الله سبحانه وتعالى تساعد بين فترات الحمل وتعتبر مع بعض الوسائل الموضعية البسيطة من أفضل وسائل تنظيم الأسرة حتى يستطيع الصغير أن يأخذ حقه من عناية ورعاية أسرته.

فإن الطفل يرضع الحنان والانسانية مع لبن الأم، والتصاق الوليد بجلد

أمه بعد الولادة واحساسه بالدفع ونبضات قلب الأم ويريق عينيها وسماعة صوتها مناغية كل هذا يغرس في عقله للباطن احساساً بالشعور بالأمان،<sup>(١)</sup> والطمأنينة والحنان كما يربى في اللاشعور حب الجمال والعذوبة.

### فطام طفلك ... له قواعد

تعتبر فترة الفطام مرحلة من مراحل حياة عمر الطفل الأولى وهي عادة تبدأ من الشهر الرابع وفيها تبدأ الأم اعطاء الطفل الوجبات الصلبة نوعاً ما بالمعلقة لتستبدل بها رضعة من رضعات اللبن، والفطام له قواعد التي يجب أن تتبعها الأم حتى تمر هذه الفترة بسلام، ودون أن يتعرض الطفل لبعض المضاعفات. يبدأ للفطام إعطاء الطفل رضعة اللبن سواء كانت طبيعية أو صناعية كل ٤ ساعات بدلاً من ٣ ساعات، كما كان في الشهور الثلاثة الأولى من عمره، ولكي لا يفقد الطفل نسبة كبيرة من السوائل، خاصة في فصل الصيف، فإنه يجب اعطاؤه الماء بعد غليه بواسطة البزازة أو للمعلقة أو الكوب.

وإذا كان الطفل يرضع رضاعة صناعية بلبن نصف دسم، فيمكننا بدءاً من الشهر الرابع اعطاؤه لبناً كاملاً الدسم بالتدريج (أي استبدال رضعة واحدة ثم بعد فترة نستبدل رضعة أخرى)، ويستحسن ألا نبدأ في أيام الحر الشديد، كما يجب تأجيل ذلك إذا كان الطفل مريضاً أو عنده ارتفاع في درجة الحرارة من أثر للتطعيم. وفي هذه الفترة يمكن اعطاؤه أيضاً للزبادي مع إزالة الطبقة السطحية وإضافة قليل من السكر أو عسل النحل حسب رغبة الطفل وهذه الأغذية مثل: المهلبية، البطاطس المهروسة أو المقلية، البسكويت، شوربة

(١) "طبيبك الخاص" العدد ١٩٨ - السنة السابعة عشرة . ص ٨٨

خضار مطهية مع شوربة دجاج أو عظم اللحم أو أرانب، ثم اضافة صدر فرخه بالتدريج.

كل هذه النوعيات يقبل عليها الطفل كلما تعود عليها مبكراً، وتعطيه المواد اللازمة لنموه الطبيعي، وبذلك نكون قد قللنا من عدد رضعات اللبن، لتصبح رضعة واحدة في الصباح الباكر، وأخرى في المساء قبل النوم.

ويجب أن تستمر هاتان الرضعتان حتى يتم عامة الأول، أو يزيد قليلاً وذلك لاحتياجه اللبن كمصدر غني بالكالسيوم والفيتامينات اللازمة لعملية التسنين، ويمكن أن تبدأ الأم بعد ذلك بالتدريج بإعطائه الجبن، أو الفول، أو الأرز.

ويجب أن نراعي الأم رغبة الطفل في أن تضغط عليه حتى لا تتحول عملية الأكل الى معركة، تفقد الأم فيها أعصابها وتصر أن يتناول الطفل وجبته، بل يجب عليها الرفق والحنان مع جذب انتباهه الى بعض اللعب حتى ينشغل ويتناول طعامه.

وقد يحب الطفل شوربة للخضار مثلاً بالسكر بدلاً من الملح، وقد يحب وجبة معينة لفترة ما ٠٠٠ ثم يكرهها عندئذ يجب أن تمنعها الأم لفترة، ثم تعود إليها فقد يقبل الطفل عليها مرة أخرى.

ويجب أن يتم تعود الطفل على أي صنف جديد بالتدريج ٠٠٠

## (( علمي طفلك ماذا يأكل ))

ما أطول ما ينفق الوالدين من وقت في التفكير بالطعام الذي يقدم لأفراد الأسرة، من اعداد ومعالجة، فالوالدان هما للذنان يخططان لصنع وجبات ويؤمنان الأسواق طلباً لمكوناتها. ثم هما للذنان يحملانها الى البيت لإعدادها. وبعدها تتولى الأم حمل الأطباق عن المائدة وهي التي تقوم بتنظيفها وغسلها. ولذلك فإن آخر ما يطبقه الوالدان هو أن يضطرا لمجادلة أطفالهما في أمر الطعام.

ومع ذلك، فغالباً ما يلجأ الوالدان الى مداينة طفل مقل في طعامه ومحاولة اقناعه بشتى طرق للتكليل والتهديد بتناول ما يفيد من أطعمة أو الامتناع عن تناول ما يضره منها. وإذا كبر الأطفال وصاروا صبية وصبايا كانت ارادة الوالدين ان يتناولوا طعامهم على مائدة البيت في مواعيده، ويكفوا عن تناول المعالآت (Snakcks) قبل مواعيد الطعام. ولكن كثيراً ما يكون لأبنائنا وبنايتنا آراء حول موضوع الغذاء تخالف ما نراه. فقد يستعصون عن وجبات الطعام بوجبات سريعة ورخيصة.

والطفل المنتوق (المبالغ للصعب الإرضاء ) في طعامه، المقل في الأكل هو على ما يبدو مشكلة كبرى من مشاكل كثير من الأسر في شتى مجتمعات العالم.

والطفل الصغير إذا كان من هذا القبيل، نراه ينقر طعامه نقرأ كنفراخ الطير، وإذا كان مبالغاً في التيه والدلال فإنه يملأ البيت صراخاً وعويلًا إذا أبطأت المعلقة في الوصول الى فمه. ومن جهة أخرى، فإن الطفل الصغير قد

يطلب الأكل من هنا ومن هنا ولا يبالي أن يملأ فمه بكل ما تقع يده عليه، ولا تكاد تنقضي بضعة أشهر حتى يفقد هذا الطفل نفسه اهتمامه بكل ما يمت للطعام بسبب ويقبل أشد الإقبال على الطعام الحلو ولو كانت عناصر النظافة تنقصه. فما علة هذا التحول يا ترى؟

إن للطفل في العامين الأولين من حياته قد يزداد وزنه بمقدار أربعة أضعاف وزنه الأول عند ولادته. وبطبيعة الحال، فإن مثل هذا النمط السريع من النمو قد لا يستمر. فلا عجب أن يطرأ تبدل على عادات الطفل الغذائية بين وقت وآخر. إن معظم المشاكل الغذائية تحدث في حوالي العام الثاني من حياة الطفل، والملاحظ أن هذه هي السن التي يحاول فيها الوالدان دفع طفلهم دفعاً إلى الطعام. قد يتعلم الطفل في سن مبكرة قيمة الطعام لا بوصفه غذاء بل بوصفه سلاحاً. وكثيراً ما يلجأ بعض الصغار إلى هذا السلاح في سن الرابعة مثلاً. فإذا جلس إلى المائدة فاجأ الحضور بقوله أنه لن يصيب شيئاً من الطعام. وتتطور ردود فعل الوالدين على هذا النحو، تفرع الأم في أول الأمر وتبادر طفلها بالسؤال: "ألمت جائعاً يا عزيزي. ألمت لليوم على ما يرام؟ ثم يأتي دور المنطق: "إنك في حاجة للطعام الطيب لكي تنمو ويصلب عودك".

ويصر الطفل على عناده وعندها يأتي دور الإقناع الهادئ: "حاول تناول بضع لقيمات، إنك تحب الفاصولياء الخضراء". ثم يأتي دور الأب في محاولة إقناع الصغير: "لقد أتعبت لك نفسك في إعداد هذا الطعام الشهى". وبعدئذ يتحول الأمر إلى إنذار إلى الطفل الحرون: والآن كف عن هذا الهراء أيها الفتى وتناول عشاءك". ويرتسم على شفهي الطفل شبح ابتسامة قد تكون دالة على التحدي: ترى أية قوة قد يملكها هذا الطفل في المعركة الوشكة التي



## تحدثت خطوطها الآن؟

وبعد فآية عناصر من حياة الطفل يستطيع التحكم بها في هذه السن؟ انه الآن في طور التعلم كيف يحقق استقلاله. فهل نلومه والحالة هذه لو حاول أن يجرب واحداً من أسلحته القليلة. ان والدين لا يستطيعان طبعاً فتح فم الطفل عنوة واقتداراً وصب الطعام في فمه صباحاً. وتدريبهما على مواجهة مثل هذه المواقف والمجابهة، هو تدريب قليل الا باستثناء ما كانا قد تلقناه من سلفهما أثناء نشوئهما. اننا احياناً نود لو صححنا عند تربيتهما لأطفالنا هفوات يخيّل البنينا ان آبائنا وأمهاتنا قد وقعوا فيها أثناء معاملتنا أطفالا. فالوالدان مثلاً قد لا يفتآن يذكراننا بالمجاعات في بعض أقطار الدنيا مؤكدين بأن ضحايا تلك المجاعات يتمنون أشد التمني لو قبض له لكل مثل هذا الطعام الذي نألف منه.

أو قد يتذكر الأب قاعدة طالما كانت تطبق عليه في طفولته: "لا حلوى قبل أن تأتي على ما في طبقك، أو قد نتذكر الأم انها كانت في صغرها ترغم ارغاماً على تناول طبق كامل من الجزر المسلوق الذي كانت تعافسه نفسها، ولذلك نراها تقسم بأنه لو رزقت أطفالاً، فإنها لن تحمل أياً منهم على اتيان ما يكره، ولكن هذه الأم تجد نفسها الآن وهي تتعامل مع أطفالنا أنها تقف في الجانب الآخر من السياج.

تقول الفطرة السليمة ان الأبناء والبنات ينبغي ان يكفوا عن التهام الطعام حال احساسهم بالشبع وذلك خوفاً عليهم من البدانة. ونحن نعتقد من جهة ثانية بأن حمل الطفل على أكل ما لا يشتهي، يؤدي الى عكس ما نرجوه، ولكن هذه الاعتقادات ليس من السهل تطبيقها عندما نواجه مشكلة ما. فمن الصعب مثلاً ان تحمل صغيراً نهماً أكلوا على الاقتصاد في الأكل. إن مشاكل الطعام لا

نزول بعد أن يكبر الطفل، ولما تتبدل، فالأم التي تستطيع تحديد نسوع الطعام الذي ينبغي أن يتناوله الطفل في صغره، هذه الأم نفسها قد لا تستطيع ضمان ذلك بعد نمو ذلك الطفل، فالأبناء والبنات الكبار ينالون نفقة (مصرفاً) من ذويهم، وأولئك الكبار سريعو الاهتداء إلى حوائث بيع الأطعمة والأشربة المعجلة الرخيصة.

هنالك وسائل كثيرة تكلف القضاء على كثرة بث الصغار وشكواهم من طعام البيت. فإذا كان الصغير كثير الانصراف عن طعام أهله، فإن من خير ما يفعله والداه للقضاء على شكواه هو إشراكه في التخطيط والاعداد، وهكذا نقل أسباب تنمره ويقوى احتمال إقباله على طعام البيت، فلنطلب الام الحصيفة من أبنائها وبناتها واحداً بعد الآخر أن يصحبوها إلى السوق، ولو مرة واحدة في الأسبوع، لانتقاء ما يلذ له أو لها من طعام يشتمل على الفائدة الصحية إلى جانب المتعة، فإن هي فعلت ذلك لطمأنت في معظم الحالات إلى وجود من يعينها على تنظيف المواد وإعدادها للطبخ. وماذا على الأم لو مكنت صغارها في المنزل من تناول شيء من المقبلات التي تحفظ عادة للمأدب الرسمية التي يدعي إليها الأغراب؟ وهي يضيرها لو رأى الصغار على المائدة معدات غير مألوفة في كل يوم، كالملاعق والشوك والسكاكين التي تنخر لتلك المأدب. إن مثل هذه الأعمال قد تغري الصغار بالأكل وتحملهم على ملازمة المنزل في أوقات تناول الوجبات المنزلية التامة. ولتعرض الأم على أن تهيب لصغارها قبل ذهابهم للمدرسة إفطاراً ساخناً في كل صباح. وليس هذا الأمر العسير على الأم الموظفة أو العاملة. إذ أن الأم تستطيع مهما تعددت مشاغلها في الصباح ان تهيب لصغارها إفطاراً ساخناً يضاعف نشاطهم ويضمن حسن تلقيهم لدروسهم، وذلك عن طريق اعداد مكونات الافطار منذ مساء اليوم السابق أو

حتى قبل حلول الموعد بأيام. وهكذا تستطيع خلال دقائق قليلة قبل الوقت المحدد أن تطهو ذلك الطعام وتعدّه للإفطار الشهي.

تشكو الأم أحياناً من الشكوى من انقطاع شهية ابنها وميله الى الاقلال من الطعام في المنزل ويحيل لها أن صغيرها قد أصبح صعب المراس لا يسهل ارضاءه. ولكن لو حسبت الأم كمية ما يكون قد دخل في جوفه من طعام في ذلك اليوم. لأدركت على الفور ان ابنها قد استوفى بالفعل. كما وكيفاً كل متطلبات التغذية السليمة الصحية في ذلك اليوم، وهكذا لا يبقى لشكواها أي أساس، ويصبح لزاماً عليها ان تقتصد في الشكوى واطهار التجمع. في أيام العطل الاسبوعية، يطمئن الصغار أنهم باقون في البيت بدون أن يعكر صفو استمتاعهم احد. لذلك فإنهم في أيام العطل يكونون أشد ميلاً الى الاستيقاظ المبكر من نومهم كيلا تفوتهم مشاهدة أفلام الصور المتحركة على شاشة التلفزيون. وهكذا يأخذون في الصراخ منذ الصباح الباكر بأنهم جوع. وهذا يستدعي طبعاً قيام الأم من فراشها لتلبية حاجات صغيرها.

فإذا كان الصغار قد بلغوا سنّاً معينة تمكّنهم من حسن التصرف الى حدود معينة، فإن الأم الموظفة لا تجد نفسها مضطرة في مثل هذه الحالة الى مغادرة فراشها في الصباح الباكر من أيام عطلتها، لو هيأت لصغارها في الثلاثة أنواعاً من الطعام الخفيف والعجالات التي يستطيعون بسلام تناولها أثناء مشاهدتهم التلفزيون ريثما تصحو الأم وتحضر الأسرة كلها إفطاراً كاملاً.

ثم من يقول ان الصغار عند بلوغهم سنّاً معينة لا يستطيعون اعداد طعامهم بأنفسهم؟ قد يفاجأ الوالدان عندما يكتشفون أن صغارهم، يقبلون على هذا العمل أيما إقبال ويستطيعون أن يتكفّلوا بأمر تهيئة إفطارهم، والتجسّلات التي

تسبق موعد الغداء، فلا يضطرون الى تناول المندوشات الرخيصة المريبة  
المصادر.

في مثل هذه الحالة قد يستغرب الوالدان منظر صغارهم وهم، قبيل ان  
يأووا الى الفراش، ينهمكون في اعداد طعامهم في صباح اليوم التالي.  
والصغار طبعاً يفضلون اختيار أنواع الأطعمة التي لا تكفلهم عناء الإعداد  
الكبير وإنما هو من النوع الذي تسهل معالجته وتهينته. وهم عادة اذا خيروا  
اختاروا أطعمة كالجبين أو قديد اللحم المحفوظ (المارنديلا). وهي من الأطعمة  
السريعة التقطيع والإعداد. ثم نراهم يلفون ما يعدونه من طعام ليلاً في مجلة  
الثلاجة (الفريزر) ثم يضعون في أكياس الورق بعض الفواكة للطازجة أو  
المجففة.

واذا كانت الأم من النوع الذي يصبر على أن يأتي للصغير على كل ما  
يوضع في طبقه من طعام، وتواجه كثيراً من المشاكل بسبب ذلك، فتلجأ الى هذه  
الحيلة التي قد تنال لها كل مشاكلها، الا وهي ان تجعل حجم الطبق صغيراً  
بحيث يصبح من المؤكد ان يلتهم الصغير كل ما في طبقه. ولأن تمام ناعمة  
البال فالصغير لا يمكن ان يغادر المائدة جائعاً بل نراه يملأ طبقه الصغير مرة  
بعد اخرى حتى يشبع. وخير للأم، على كل حال، أن يأكل الصغير، ولو عشر  
حبات من البازيلاء صامتاً، بدلاً من ارغامه على تناول طبق كبير منها اذا  
كان ذلك يرافقه اشمئزاز وعسر هضم. وقد يكون الصبي مثلاً كثير التشكي  
من نوع الطعام الذي تقدمه له على المائدة. وخير علاج لمثل هذا الصبي هو  
ان يترك وشأنه يختار من الثلاجة الأنواع المتبقية من طعام الليلة السابقة. قد  
يكون الصغير محباً لأنواع من الطعام لا تؤكل في العادة وحسب التقاليد

المتبعة، أثناء الإفطار. لتتركه الأم وشأنه إذا كانت نفسه تـمـتـرئ الطـعام "الثقيل". ثم، هل صحيح أن الصغار جميعاً يصلون من المدرسة جوعاً؟ إذا عادوا إلى البيت عند العصر جوعاً حقاً، ولم يكن موعد العشاء قد حل بعد، فإن إرغامهم على تناول طعام العشاء عصراً هو مما يخلق المشاكل. فالصغار في ذلك الوقت يفضلون عادة أن يتناولوا عند العصر عجالات وسلف وأطعمة خفيفة كالkekكعك والمنتجات المجمدة. فإذا أكثرُوا من هذه الأطعمة الحلوة امتلأت بطونهم وانصرفوا بعد ذلك عن طعام العشاء.

الأم العاقلة لا تفوتها هذه الحقيقة طبعاً. وقد يكون من خير ما تفعله لمواجهة مثل هذه الحاجة أن تقوم هي بإعداد بعض العجالات المغذية والمكسرات والفواكه ووضعها في أمكنة يسهل على الصغار الوصول إليها، ولكن مع التأكد من أنهم لا يسرفون في تناول هذه العجالات طبعاً لئلا تسد شهيتهم وتضعف عن تناول طعام العشاء. ولأنكم أن تتيقن من أن الصغير يأخذ في البحث عن هذه العجالات قبل أن يبحث عن الحلوى والمنتجات. ولن تعدم الأم الحاذقة وسيلة للتجديد في تقديم نفس الأطباق التي قد يكرهها الصغير ففتهمه بأنه نقيص صعب الإرضاء. أن التجربة مطلوبة حتى في مجال الطعام واعداد الأكل، وتستطيع الأم أن تجرب التجديد وذلك بصنع الأطعمة والأطباق الموصوفة في المجلات والكتب. ولا بأس من أن تبتكر الأم وجبات من صنع خيالها هي حتى ولو قال بعض الصغار أحياناً: "هل هذه وجبة حقيقية أم مخترعة؟" فذلك طريقة في الكلام يحاول الصغار أن يخبروا أمهم عن طريقها بأنهم ليسوا أغبياء وأنهم يستطيعون للتمييز بين الغث والسمين. ولماحولة الأم ابتكار الطعام فائدة أخرى: أن الصغار مرعان ما تضمحل لديهم عادة الانتقاد عندما يدركون عظم الجهد الذي تبذله الأم في سبيل مرضاتهم.

## (( عندما يأكل طفلك بالإكراه ))

### • لماذا تصبح وجبة الطعام مثاراً؟

\* طفلي الصغير لا يأكل .. انها شكوى الأمهات التي ترسم صورة للمتعاب التي تنتظر الطفل الصغير .. الهزيل .. في المستقبل وعندما تحشد الأم أمام طفلها أكراماً من الطعام .. فهو يرفض .. وهي ترجوه .. وتتوسل اليه أن يأكل ! ويصر الطفل على الرفض .. وقد تضطر الأم الى ضربه .. وهو لا يزال مصراً .. لا يأكل. لماذا يفعل الأطفال ذلك ؟.

وفي أي مرحلة من أعمارهم يهربون من تناول الطعام؟

وما هو التصرف السليم مع مثل هؤلاء الأطفال؟ مجموعة من علامات الاستفهام أحاول الإجابة عنها في هذا المقال.

أولاً قد يبدأ هذا النوع من التصرف في مرحلة الرضاعة ... ولكن في نفس الوقت قد تستمر هذه الظاهرة في مرحلة الطفولة المبكرة (وهي التي تقع في الفترة التي يتراوح فيها عمر الطفل بين عامين وستة أعوام) .. بل قد تمتد هذه للفترة الى مرحلة الطفولة المتأخرة (التي تصل الى سن اثني عشر عاماً).

### • الرضاعة في مكان هادئ ..

من المعروف أن الخوف له تأثير بالغ على وظيفة المعدة .. بل ان الخوف يلعب دوراً كبيراً في مقدار افرازاتها .. وبجانب ذلك يؤثر الخوف في حركة الأمعاء .. ومن المعروف أن بعض حالات الشعور بالامتلاء أو الاحساس بالحُموضة.. أو حتى القيء .. والامساك والإسهال .. كل هذه الحالات تدل على وجود قلق نفسي.. وتزول في حالات كثيرة بزوال حالة القلق.

والآن جاء دور الكلام عن الظروف التي يجب أن تتوفر خلال فترة  
الرضاعة:-

يجب ان تجلس الأم في مكان هادئ أثناء الرضاع ٠٠ على أن تتم  
الرضاعة في مواعيد منتظمة ٠٠ كل ٤ ساعات مثلاً ٠٠ وذلك حسب احتياج  
الطفل. ولكن اذا لوحظ أن الطفل لا يرضع الكمية الكافية ٠٠ أو أن صحة الأم  
لا تساعد على ارضاع طفلها بشكل كاف ٠٠ ففي هذه الحالة يجب الاتجاه الى  
تكملة الرضاعة الطبيعية بالرضاعة للصناعية ٠٠ وقد يدعو الحال الى  
الاقتصار على هذه الحالة وفي حالة الاتجاه الى الرضاعة للصناعية يجب أن  
تشمل الأم الرضيع بالعطف والحنان أثناء رضاعه من الزجاج، وبذلك  
تضمه في الوضع الذي يعطيه الاحساس بأنه يرضع رضاعة طبيعية. وعندما  
يصل الطفل الى الطعام يجب أن يكون الطعام تدريجياً. فالعلاقة الوثيقة بين  
الطفل وندي الأم لا يجوز ان تقطع هكذا ٠٠٠ فجأة ٠٠٠ ان الطعام المفاجئ  
مصدر أكيد للقلق النفسي ٠٠ كما أنه يعطي الطفل الشعور بالحرمان ٠٠ ولكن  
من الممكن ان يعود الطفل-تدريجياً- على ترك الرضاعة من ندي الأم. وفي  
نفس الوقت يجب أن نقرر حقيقة أخرى، وهي أن الاستمرار في الرضاعة  
لفترة أطول من اللازم يضر بالطفل ٠٠ لأن ذلك يزيد من اعتماد الطفل على  
أمه كما أن هذه الرضاعة في هذه الحالة لا تكون مناسبة لصحة الطفل.

وعندما يبدأ للطفل في استخدام المعلقة يجب أن يكون ذلك هو جالس في  
حجر أمه ٠٠ وبعد فترة يمكن اطعام الطفل باستخدام المعلقة أثناء جلوسه على  
كرسي أمام المنضدة.

#### • التسنين واضطراب التغذية

ومن الملاحظ ان فترة التسنين كثيراً ما تكون مرتبطة بحدوث صعوبات

في التغذية .. والتمنين مجرد مثال .. فأى مرض عضوي قد يسبب اضطراباً في عادات التغذية السليمة..وقلق الأم نتيجة لذلك يزيد من حدة هذه الاضطرابات .. ولكن يجب أن نعرف ان الطفل يشعر بالأم موضعية نتيجة التمنين، وكثيراً ما تكون هذه الآلام سبباً في الاضطرابات المرتبطة بالتغذية.

#### • عندما يزيد اهتمام الأم

ويزيد اهتمام الأم بتغذية طفلها .. خاصة بعد انتهاء فترة الرضاعة .. وفي نريد ان يأكل ابنها أكبر قدر ممكن من الطعام حتى يكبر بسرعة .. وقد يتجاوز اهتمامها الحد المعقول فنجد انها تستحث صغيرها باستمرار على تناول المزيد من الطعام، وهي تطلب من الطفل ان يمضغ ويبلع بسرعة .. ويحدث ذلك بصورة أوضح بين الأمهات العاملات .. فالوقت ضيقاً ويلاحظ الطفل شدة اهتمام الأم .. والقلق الواضح في حركات وجهها .. والغضب الحقيقي في تطليب حاجبيها، فيصطنع الصغير العناد .. ويتباطأ في الأكل .. بل وقد يرفض تناول الطعام .. وهنا تتفعل الأم .. وتحت تأثير هذه المشاعر قد تستعمل العنف، والعنف يولد الخوف والغضب في نفسية الطفل .. وهذا بالتالي ينتهي الى فقد الشهية! وهكذا تصبح وجبة الطعام مثاراً للرعب .. بدلاً من أن تكون مناسبة سارة يشبع فيها الطفل حاجة الجوع. ويتكرر مثل هذه المواقف تتكون عند الطفل عقد نفسية غذائية قد تكون مسببة في صعوبات بالغة تظهر في مستقبل للطفل الذي يرفض أنواعاً معينة من الأغذية .. بدون أسباب واضحة .. أو ظاهرة.

#### • عندما يأكل الطفل أكثر

والملاحظ أن الأطفال يأكلون أكثر مع اقترانهم، في دور الحضانة لا سيما



حين تكون المشرفة عليهم هادئة الأعصاب. وهذا بالطبع أفضل من وجود الطفل مع الأم للقلقة والوالدين الذين يريدان ملء فم الطفل طوال الوقت بالطعام. وهكذا يفهم الطفل في النهاية ان عدم الاقبال على الطعام يصبح سلاحاً ناجحاً يكسب عن طريقته كل الطلبات.

وليس هذا التصرف في مصلحة الطفل بأي حال. وقد يتعود الطفل بعض العادات مثل سماع الراديو، أو وضع الألعاب من حوله خلال فترة تناول الطعام، ولكن هذا يزيد من مشتاق امه، أو من يشرف على اعداد الطعام، والذي يجب ان نعرفه ان الطفل لن يصاب بسوء اذا لم يأكل شيئاً خلال يوم أو يومين، وعلى هذا يجب الا يصاب الوالدين بالفزع اذا رفض الطفل وجبة بأكملها فغن حالته الصحية اذا كانت سليمة فإن شعوره بالجوع سوف يتقلب على أي شعور آخر.

أما الكل بالاكراه... فإن نهايته عدم حدوث الهضم أو الامتصاص بالطريقة الطبيعية. ان النجاح في عملية التغذية يتطلب سعة الصدر من جانب الوالدين وخاصة الأم إذ ان عليها ان تكون هادئة دائماً ترأقب الصغير وهو يتناول طعامه دون أن يشعر هو بذلك وبذلك يمكن أن يأكل طفلك في سهولة بلا اكراه ولا متاعب له أو لأهله!

## (( انقذ حياة طفلك بـ... اللقاحات ))

للصغار أولاً ولل كبار ثانياً نقول: اللقاحات ضرورة، وإذا كان البعض يتخوف من آثارها الجانبية المحتملة، فإن هذه الآثار لا تقاس شيء متى عرفنا الفائدة الكبرى التي نجنيها من هذه اللقاحات. لقحي طفلك ضد الأمراض بلا تردد، أما أنت أيها البالغ، فإن كان فائتك للتلقيح في صغرك، فلا تتأخر عن اللحاق بركب ٠٠٠ الصغار! فإن لاكتشاف اللقاحات واستغلالها في الوقاية من الأمراض نقطة تحول في حياتنا، لكن كثيراً من الناس لم يعطوا هذه اللقاحات ما تستحقه من الاهتمام، وبقوا غير محصنين ضد كثير من الأمراض التي نملك ضدها اللقاحات الفعالة. معلوم أن المناعة التي اكتسبناها في طفولتنا لا تلبث أن تضعف وتزول بحلول السنة الأولى من العمر. وتبقى اللقاحات ضد الأمراض مصدر الوقاية الوحيد بالنسبة إلينا. وبالرغم من أن مرض الحصبة أصبح نادراً، فإن الطفل الذي يصاب به يبقى معرضاً لاختلاطات هذا للمرض واثاره كفقد البصر والسمع والتهاب السحايا. ذلك أن الفائدة التي تجني من اللقاحات ليست مقتصرة على الاطفال فحسب بل يمكن تحصين النساء الحوامل باللقاح الواقي من الحميراء (الحصبة الألمانية) اما تحصين المسنين ضد التهاب الرئة للنزلة الوافدة فله ما يبرره.

هناك اعراض واحد يثيره البعض حول التلقيح وهو الآثار الجانبية المحتملة التي يحدثها اللقاح لدى البعض، ولكن هذه الاعراض هي بسيطة ومؤقتة وتزول بعد يوم أو يومين. ومع تطور وسائل الانتاج، يتوقع تحسن ملموس في نوعية اللقاحات كما يمكن القول بأنه قد تم التوصل لاكتشاف العديد من اللقاحات لتصبح بعض الأمراض من الأمور المنسية كالجدري الذي

تم القضاء عليه في كافة أنحاء العالم. وتقوم الصناعة الدوائية بتطوير لقاحات ضد نخر الأسنان والتهاب الكبد والسليلان البني.

ما هي اللقاحات الشائعة الاستعمال اليوم؟

اللقاح الثلاثي ويضم العناصر المضادة لثلاثة أمراض: الدفتيريا (خناق)، والسعال الديكي، والتيتانوس (الكزاز). ويعطى هذا اللقاح للطفل في الشهر الثاني والرابع والسادس من عمره مع جرعة داعمة في الشهر الثامن عشر من عمره، وأخرى قبل الذهاب للمدرسة.

إن السعال الديكي مرض خطير للأطفال الصغار لكن الدفتيريا (وهو مرض لنتاني يصيب البلعوم) والتيتانوس (الكزاز) وهو مرض ناشئ عن تلوث الجروح، خطيران للكبار على اختلاف أعمارهم. وللوقاية من هذه الأمراض الثلاثة، ينصح بالتلقيح باللقاح الثلاثي بجرعة داعمة كل عشر سنوات. وفي حوادث تلوث الجروح يشار بإعطاء حقنة من لقاح الكزاز إذا مضى على آخر تلقيح أكثر من خمس سنوات. أما بالنسبة للأولاد والكبار الذين لم يلقحوا في السابق باللقاح الثلاثي فينصح بتلقيح هؤلاء باللقاح الثلاثي (تيتانوس + دفتيريا) وذلك بثلاث جرعات على فترة ٦ أشهر.

#### • الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية

إن إعطاء جرعة (حقنة) واحدة من اللقاح المشترك للأمراض الثلاث (الحصبة والنكاف -أبو كعب- والحصبة الألمانية) في الشهر الخامس عشر من العمر، يؤدي إلى مناعة مدى الحياة من هذه الأمراض. ويعتبر الكبار في منتصف العشرينات من العمر حصينين تجاه الحصبة والنكاف. أم الشباب الأصغر من هذا السن الذين لم يصابوا بأي من المرضين الحصبة والنكاف، أو لم يلقحوا ضدهما فينصحون بتناول اللقاح. فمن الضروري تحصين الشباب

الصغار ضد الذئب (البوكعب). أما الحصبة الألمانية فإنها تشكل خطراً كبيراً على النساء الحوامل لكونها تحدث تشوهات في الجنين، إذا ما تعرضت الأم الحامل لهذا المرض. ويمكن معرفة حصانة هذا الولد أو البالغ من هذا المرض بإجراء فحص مخبري بسيط، فإذا كانت المناعة غير متواجدة فيمكن تأمينها بإعطاء حقنه من اللقاح الواقي. وبالرغم من أن النساء اللواتي يلقحن بلقاح الحصبة الألمانية عند ابتداء الحمل أو أثناءه فإن هناك فريقاً من الأطباء ينصح بإعطاء اللقاح قبل الحمل بثلاثة أشهر.

### • شلل الأطفال

صحيح إن هذا المرض لم يعد يخيفنا كالسابق لكننا يجب أن نقوم بتلقيح الأطفال ضد هذا المرض الشال للأطراف والمميت. وينصح بإجراء التلقيح في الشهر الثاني والرابع والعاشر من العمر مع تلقيح آخر داعم بعد ٤-٦ سنوات. أما الأطفال غير الملقحين الأكبر سناً فيعطون ٣ جرعات خلال فترة سنة. ويجدد التلقيح الداعم للبالغين المسافرين للبلدان التي ينتشر فيها هذا المرض.

### • النزلة الوافدة الأنفلونزا وذات الرئة

للوفاة من النزلة الوافدة يقتضي إعطاء اللقاح مرة كل عام لكون المناعة لا تكون أكثر من هذه المدة. أما اللقاح الواقي من ذات الرئة فيؤمن للوقاية لمدة خمس سنوات. ويصلح كل من اللقاحين لنفس المجموعة بتلقيحهم ضد هذين المرضين. ويشار بتلقيح الذين يعانون من ضعف في المقاومة بسبب آفة مزمنة في القلب أو للكليتين أو مرض رئوي مزمن. ولما كانت ذات الرئة فتاكة لدى الذين تجاوزوا سن الخمسين، فإن الأطباء يوصون بتلقيح الأصحاء منهم كإجراء وقائي، أما النزلة الوافدة فإن خطرها يزداد مع

تقدم السن. ويشار بتلقيح كل من تجاوز سن الخامسة والستين، علماً بأن بعض الظروف قد تتطلب تلقيح الشباب والأصحاء بلقاح النزلة الوافدة نظراً لاحتمال تواجد الأشخاص المسنين مع زملائهم في مكان العمل وانتقال العدوى اليهم بهذه الوسيلة.

#### • التهاب الكبد

ويعرف هذا المرض بالتهاب الكبد المصلي وهو للشكل الخطير من المرض، فهي طليعة الذين يحتاجون للتلقيح ضد هذا المرض العاملون في المستشفيات وفي مراكز الرعاية الصحية والعاملون في مخابر الدم والذين كرر نقل الدم اليهم.

متى يكون التلقيح ضرورياً ولمن يكون ذلك ؟٢٠٠٠

يسود اعتقاد خاطئ بين كثير من الناس ان الاطفال وحدهم هم الذين يحتاجون للتلقيح وان مرض الحصبة أو النكاف أو السعال الديكي أو الدفتيريا أو شلل الأطفال هي "أمراض الطفولة" التي لا تصيب الكبار. ان الامراض الأنفة الذكر تصيب الكبار أيضاً اذا كانت مناعتهم غير كافية أو لم يجر تلقيحهم في سن الطفولة او كان يقتصر للجرعات للداعمة. فمثلاً لتأمين وقاية مستمرة من مرض الكزاز والدفتيريا، لا بد من اعطاء الجرعة الداعمة لكل عشر سنوات.

#### • اللقاحات والمستقبل

لقد تطورت الوسائل المخبرية وخطت خطوات واسعة. بحيث تمكنت من صنع جيل جديد من اللقاحات "الاصطناعية" ابتداء من الحموض الأمينية. وتعتبر هذه اللقاحات أكثر فعالية وأكثر سلامة من اللقاحات المعروفة اليوم والتي تحضر من الجراثيم.

## (( الحروق •• والتسمم •• تهديد للأطفال ))

هناك أنواع مختلفة من الحروف فمنها ما ينتج من الذهب، أو السوائل الساخنة، وهناك الحروق الكيميائية والكهربائية، وهناك أيضاً الإصابات الناتجة عن استنشاق الدخان عن الحرائق وتسبب الحروق عدد من الوفيات بين الأطفال وقد تبدأ الحرائق في المنزل بسبب لعب الأطفال بأعواد الثقاب، والقاء أعقاب السجائر".

كما أن الإصابات بالسموم تهدد كثيراً من الأطفال والمواد التي تسبب التسمم لدى الأطفال هي الأدوية الطبية - مواد الاستخدام المنزلي - أعشاب نباتية.

### • إشعال النار

يغرم كثير من الأطفال بإشعال النار، وقد يكون هذا النوع من حب الاستطلاع الغريزي وتزداد نسبة وقوع الحرائق المنزلية عندما يكون الأطفال وحدهم بدون إشراف من المنزل ولهذا ننصح بعدم ترك الأطفال تحت سن ست سنوات بدون ملاحظة داخل المنزل.

### • ملابس تساعد على الحريق

هناك أنواع معينة من الملابس التي يرتكها الطفل تساعد على انتشار الحريق وينصح بعدم ارتداء الملابس الواسعة.

### • خطر الكاز

هناك حروق تحدث بسبب وجود سوائل قابلة للاشتعال مثل: البنزين،

الكيروسين داخل المنزل، واستخدامها بلا عناية في التنظيف أو إشعال الفحم كما ان بعض اصحاب السيارات يحتفظون بـ "جالون" احتياطي من البنزين حيث يمكن ان يتسبب في حوادث وحرائق خطيرة.

#### • الماء الساخن

وقد تنتج الحروق من السوائل الساخنة فقد تنتج من الماء الساخن وسقوطه على الطفل أو من الشاي والقهوة، أو سقوط سائل آخر كالزيت المغلي. وفي هذا المجال، يجب ضبط سخانات الحمام، كما يجب استخدام انواع خاصة من أوعية التسخين للشاي والقهوة، لها غطاء محكم "وعموماً يفضل أبعاد الطفل عن المطبخ أثناء عملية الطبخ أو تسخين السوائل.

#### • فيشة الكهرباء

بالنسبة للحروق الكهربائية فهي كثير ما تؤثر على الأطفال تحت سن ست سنوات عندما يعبثون بفيشة الكهرباء ولذلك يجب التأكد دائماً من سلامة الأسلاك الكهربائية ويفضل وضع الفيشات الكهربائية في أماكن مرتفعة بالنسبة للأطفال أو استخدام أنواع من الأكياس البلاستيكية لمد فتحات الفيشات الكهربائية عندما تكون غير مستخدمة.

#### • البوتاس

ويُتسبب البوتاس في نسبة كبيرة من حوادث الحروق الكيميائية، للأطفال وينتج عنها إصابات خطيرة بالفم والجهاز الهضمي ولذلك يجب وضع هذه المواد بعيداً عن متناول الأطفال. وفي بعض المناسبات يستخدم الأطفال بعض الألعاب النارية للتعبير عن فرحتهم بالأعياد مثل الصواريخ الصغيرة وهذه تسبب بعض الحروق في اليدين والعيون.

## • نصائح للإقلاذ من الحروق

في جميع حالات الحروق، فيما عدا الحروق السطحية البسيطة، يجب ادخال الطفل المستشفى وخاصة إذا كانت للجروح قرب العين أو الوجه أو الأعضاء التناسلية وهناك نصائح عامة يوجهها للأهل عند حدوث حروق الجسم الطفل.

- ينبطح الطفل أرضاً فور حدوث الحريق ويتحرك عدة مرات لإطفاء النار.

- استخدام الماء البارد فوراً على مكان الحرق لخفض درجة حرارة الجزء المحروق من الجسم فلا يزداد الحرق عمقاً ومساحة.

- أرحف تحت الدخان فغادر مكان الحريق فان استنشاق الدخان يتسبب في الموت أكثر من الحروق نفسها.

- وبعد العلاج الأولي للحروق فقد يستدعي الأمر استمرار معانبة الطفل لفترة.

## • التسمم

وتأتي المواد الطبية كالأسبرين والمهدئات والمنومات في مقدمة السموم التي تسبب الموت، ولذلك فالمفروض الا تصل هذه المواد إلى الأطفال.

وعند الاشتباه في حالة التسمم يجب نقل الطفل فوراً إلى أقرب مستشفى وفي المستشفى على الأهل احضار ما بقي من أقراص أو وسائل لمعرفة كمية ما تعاطي الطفل من تلك المواد. ويبدأ الطبيب في معرفة ماذا تناول الطفل والكمية التي تناولها، ومتى، ثم يجب فحص للفم والحنق للتعرف على بقايا



المواد المستخدمة. وتختلف مظاهر التسمم تبعاً للمادة السامة التي تناولها الطفل، فقد يكون الطفل مهتاجاً، ويهلوس في الكلام غير المفهوم، وقد يكون مشوش أو في غيبوبة تامة، وقد تحدث تشنجات، وعند فحص حذقة العين فقد نجدها ضيقة أو متسعة ولا تستجيب للضوء، وقد يكون الفم واللسان جافين، وقد يكون النبض سريعاً وضعيفاً، أو يكون بطيئاً وقوياً. فإذا كان الطفل غدير فاقد لوعيه، وتأكد الطبيب أنه لم يتناول مواد كالكلوروسين أو البنزين "فعليه أن يعطى المريض المواد اللازمة لكي يتقياً للطفل.

وفي كثير من الحالات يستدعي الأمر علم غسل المعدة، عندئذ يجب لف الطفل في ملية لتغطية الطرفين العلويين والتحكم في الطفل ثم تستخدم أنبوبة مناسبة لعمل غسل المعدة ويجب عدم عمل هذا الغسيل في حالات التسمم بالمواد الكاوية أو البترولية حتى لا يتسبب في ثب المريء أو حدوث التهاب رئوي.

وفي جميع الحالات يجب إدخال الطفل للمستشفى لملاحظته.

## ((الطفل عندما يلقح))

الطفل المتألم قد يؤدي شغبه أحياناً إلى عواقب وخيمة كما هي الحال مع حدوث كسر عظمي من جراء وقوعه من علٍ فكيف نتصرف؟

زلت قدم الطفل أو وقع من علٍ، فصار يبكي بكاءً مرأً، فهل ذلك دال على حدوث كسر ما؟ وهل ينبغي للوالدين في مثل هذه الحالة حمل الطفل إلى المستشفى؟ ينبغي أولاً معرفة ما إذا كان هناك كسر عظمي. قد يكون هناك كسر عظمي. قد يكون هناك كسر فعلاً أثناء القيام بولادة من هذين الإجراعيين أو أثناءهما معاً، إذا رافقهما الألم.

أولاً: اضغطي برفق على طول العضو المصاب، إذا تبين أن نقطة معينة بذاتها هي مصدر الألم فمن المحتمل أن تكون نقطة كسر.

ثانياً: اطلبي من الطفل تحريك العضو المصاب، إذا احس بألم من جراء ذلك فربما كان هناك كسر.

من الواضح وجود كسر إذا كان هناك عظم قد شق للجلد وبيسرز من خلاله طبعاً لا بد من أخذ صورة شعاعية من أجل القيام بتشخيص دقيق ولكن إذا كان الوالدين يجهلان حقيقة ما جرى للطفل إثر سقوطه أو حادثة ما فالأولى حملة فوراً على غرفة الطوارئ بالمستشفى.

## (( خطر كبير - لا تشد المولود من ذراعه ))

عندما يجوع يحرك ذراعيه، عندما يفرح، عندما يبكي، عندما يبلى ملابسه، يحرك المولود ذراعيه. ولكن قد تلاحظ الأم أن المولود لا يحرك إحدى ذراعيه بنفس الطريقة التي يحرك بها الأخرى. وهذه الملاحظة لها أهميتها. فهذه الظاهرة تحدث بعد ولادة عسرة أو إذا اشرفت على الولادة بأيدي قليلة الخبرة، إذ يتم في هذه الحالة جذب الرأس أو الذراع بصورة خاطئة أو تفرد ذراعاً المولود أثناء عملية الولادة إذا جاء المولود بقدميه. وقد تحدث هذه الظاهرة نتيجة لأذى يقع بعد الولادة، كأن يتم جذب المولود أو رفعه من إحدى ذراعيه . .

أو هذا الأب الذي لا يحلو له تدليل طفله إلا "بمرجحته" من ذراعيه . . وكل هذا خطأ و"خطر" لأنه في الفترة التالية للولادة تكون عضلات المولود وأربطة مفاصله ما زالت بعيدة عن اكتساب القدرة على حماية الضفيرة العصبية للذراع وبذلك ينتقل الشد أو الجذب إلى هذه الضفيرة . . فتتعرض للأذى . . وتتفاوت شدة هذا الأذى من مجرد شد العصب . . إلى تمزقه جزئياً، وقد يتمزق وحسب شدة الإصابة ومكانها تحدث المضاعفات ويترتب على هذا الأساس احتمال للشفاء.

كيف تكتشف الإصابة ؟

ويمكن اكتشاف هذه الحالة، بملاحظة عدم قدرة الطفل على تحريك الطرف المصاب وكذلك بملاحظة الوضع الثابت الذي يتخذه، وغالباً ما يكون في صورة ذراع موضوعة بجوار الجسم، وأصابع اليد مطبقة، والكف متجهة نحو

الفراش وكلما بدأ العلاج مبكراً زاد احتمال انقاذ الطفل من كثير من الآثار المترتبة على الإصابة، خاصة إذا كانت الإصابة مجرد جذب للأعصاب وهنا يكون الشفاء نهائياً.

فإذا أتاحت فرصة التشخيص المبكر ثم العلاج بإشراف الطبيب. ويتخلص العلاج في إراحة الطرف المصابة في وضع خاص، وذلك لإراحة العضلات المصابة، وكذلك للضفيرة العصبية، ويستمر هذا الوضع عادة حوالي أسبوعين، ثم يبدأ العمل العلاج الطبيعي، للوصول الى أقصى درجات التحسن.

• ولكن هناك أيضاً للحالات التي تكتشف بعد فترة، أو التي يتم علاجها ولكن التحسن فيها يقف عند حد معين، أن مثل هذه الحالات تحتاج عادة الى العلاج الطبيعي الذي يمكن ان يقوم به الوالدان بعد فترة، والهدف هو منع التشوهات أو التيبس، حتى يحين الوقت المناسب لعمل عملية جراحية يكون الهدف منها، تثبيت المفصل، أو تحسين وضع الأوتار والعضلات لاستئناف وظيفة الذراع. بقي أن نطلب من الوالدين عدم القلق في مراحل الانتظار، فالطبيب المعالج قادر على تحديد كل مراحل العلاج، كما يجب طرد الاحساس باليأس الذي ينعكس على الطفل في صورة شعور بالعجز. وهذا في حد ذاته قد يقلل الاستفادة الكاملة من العلاج، فضلاً عن الآثار النفسية السيئة التي قد يعانيها الطفل.

• وأخيراً، يمكن ان نقول ان نفس هذه الإصابة قد تحدث للكبار نتيجة سقوط على جانب الرأس أو الرقبة، أو الكف أو نتيجة لتعليق الجسم كله في الهواء في النزاع، ولا يختلف العلاج كثيراً في هذه الحالة الا أنه يسير بصورة أسرع.

## (( دمي الأطفال .. سلوى .. وسلوى ))

مع انها تنمي مهاراته وتنشئ امامه طريق للمستقبل .....

الدمى للقدمية قدم للتاريخ، وسواء كانت مصنوعة بطريقة معقدة متقنة أو بسيطة، فإنها تبقى بالنسبة للطفل رفيقته وسلوته وحافظة أسراره. لكن الدمى قد تتحول الى مصدر للقلق، ولا سيما اذا كانت مصنوعة بأشياء مضررة كأن تكون مطلية بالزئبق أو القصدير أو أن تكون حاوية لنتف أسمال تسبب الحساسية. هذا التحقيق للجامع يلقي نظرة شاملة على الموضوع فينبه الى الأخطار ويحدد الدمى التي يكون للطفل بحاجة اليها في الفترة التي تسبق فتوته؟ نحن مقبلون على فترة أعياد، وللطفولة في الأعياد حصّة الأسد فكم من طفل يقف عشية العيد أمام الواجهات يطمع بلعبة، أو يشتري معانقة دمية، أو امتشاق رشاش أو خنجر، وكم من أهل يهدون أطفالهم آخر مبتكرات مصانع الألعاب وأكثرها اثارة لمشاعر الأطفال. ولكن قليلين من الأطفال، وحتى من الأهل يعرفون ان الدمى والألعاب يمكن أن تنقلب من نعمة الى نقمة، أو من سلوى الى بلوى، أو يمكن ان تكون كالسم في الدم. فبصرف النظر عن الألعاب المفخخة التي كانت "تهديها" اسرائيل للبنانيين والفلسطينيين أثناء قصفها للمناطق اللبنانية والمخيمات الفلسطينية، هناك الألعاب التي لا تتوافر فيها الشروط الصحية الوقائية المنصوص عليها القوانين العالمية، والمعدة عادة للتصدير وخصوصاً الى دول العالم الثالث، بما في ذلك بالطبع، العالم العربي، ومثل هذه الألعاب يجمع الأطباء والباحثون على أنها تسبب أمراضاً على جانب كبير من الخطورة للأطفال.

ويقسم الخبراء الألعاب قسمين، ولكل قسم الأمراض التي يسببها:

- الألعاب المطلية بطلاء ملون أضيفت إليه كميات من المعادن المذابة كالزئبق والقصدير، والزنك، والرصاص، وغيرها. وهذه الألعاب قد تكون خشبية أو بلاستيكية أو معدنية، أدخلت عليها التوصيلات للكهربائية أحياناً أو صفائح المعدن الحاد.

- الألعاب الطرية، أي الألعاب المصنوعة من الوبر أو الفرو الصناعي، والتي تملأ فراغاتها بنتف الصوف أو القطن.

ويعترف العديد من الأطباء بأن كميات المعادن المذابة المستعملة في طلاء الألعاب تسبب سرطان الدم والخلايا، إذا ما زادت عن النسب التي تقررها القوانين المرعية في الدول الصناعية المتقدمة. وفي أحيان كثيرة يتم التلاعب بنسب المعادن المسموح بها، لأسباب اقتصادية. وفي أواخر الخمسينات لاحظت دولة أوروبية ازدياد نسبة الإصابة باللوكميميا في اوساط الأطفال، كما سجلت دائرة الصحة البريطانية على مسيل المثال ٥٠ حالة إصابة بسرطان الخلايا النموية في تلك الفترة. كما ظهرت اعراض مرض غريب عرف حينذاك بقصور الكليتين، ولم يتمكن الأطباء الإنكليز من تحديد الأسباب المؤدية الى هذه الاصابات. وبعد سلسلة طويلة من الأبحاث والدراسات والتجارب تمكن الاختصاصيون البريطانيون من توجيه اصابع الاتهام الى الألعاب المطورة بإضافة المعادن المذابة الى الطلاء الخارجي ذي الرائحة الخاصة المشابهة لرائحة طلاء الأظافر. وفي عواصم عربية عدة سجلت دوائر الصحة حالات مقلقة من اللوكيميا، وقصور الكليتين لدى الأطفال، وقد لوحظت هذه الحالات لدى الأطفال المرفهين الذين يحصلون على الألعاب

بسهولة أكثر مما لوحظت لدى الأطفال الفقراء الذين يؤمنون بأن ترك الطفل يلعب على هواء، وحتى بالترايب يكون أكثر مناعة من الطفل المرفه الذي يعيش في اعتلال دائم. وفيما خص الألعاب الطرية يؤكد الأطباء بأن تثار الأسماك والأنسجة القديمة للصناعية المستعملة أحياناً في ملء فراغات التربة بسبب الربو والحساسية للأطفال مما يترجم نوبات سعال حاد قد تقضي إلى الاختناق. وعلى الرغم من وجود مؤسسات للمقاييس والمواصفات في كل الدول المتقدمة، فإن بعض المصانع تنتهون حيل ما ينص عليه القانون، خصوصاً إذا كان الإنتاج معداً للتصدير، ولا سيما إلى دول ليس فيها أي شيء من المقاييس والمواصفات، أو أنها لا تعبر هذا الجانب أي أهمية، فلو أخذنا القانون البريطاني الصادر في العام ١٩٧٤ لوجدنا أنه ينص بالنسبة للألعاب المستوردة - على قشط الللاء الخارجي للألعاب وفحص كمية المعادن المذابة المضافة إليه، كما ينص على التأكد من أن قوة التيار الكهربائي، المستعمل أحياناً في الألعاب الفضائية، دون العشرين فولت، كي لا يصعق التيار الطفل وينص كذلك على عدم وجود نتوءات معدنية بارزة في اللعبة كي لا يتعرض الطفل لمخاطر الجروح والخدوش والتلوث بمكونات اللعبة المعدنية.

هذا بالنسبة للألعاب المطلية، أما بالنسبة للألعاب الطرية فينص القانون على تدني القدرة الاشتعالية لوبر اللعبة وفرقتها في حال حدوث حريق في المنزل، ما ينص على أن تكون الآليات الداخلية التي تملأ فراغات اللعبة من القطن الصافي، وغير المستعملة سابقاً للحيلولة دون التسبب بالربو والحساسية والسعال الحاد، كما أسلفنا.

ويقدر ما هناك من تهاون بالمقاييس والموصفات التي تحفظ الجسد،  
بقدر ما هناك أيضاً من تهاون بالمقاييس والمواصفات التي تحفظ النفس،  
فاستعمال المسدس للكاتم للصوت مثلاً يزيد من عدوانية الطفل. وتقضي ألعاب  
الحرب والقتال يدفع للطفل نحو الشر والتفكير في القتل، ولا يشك في أن هذا  
السلوك هو واحد من عوامل تقضي للجريمة في الغرب، وتصديرها إلى العالم  
الثالث مع تصدير الألعاب الحربية.

وإذا كانت بريطانيا والولايات المتحدة قد أهملتا العامل النفسي في انتاج  
الألعاب وتهاونتا في احترام المقاييس والمواصفات الجسدية، فإن فرنسا، على  
العكس من ذلك راعت الناحية الوقائية مراعاة متشددة، بوجهيها النفسي  
والجسدي، مع العلم بأن بريطانيا كانت السباقة إلى اعتماد القوانين الخاصة  
بإنتاج الألعاب. ففي العام ١٩٧٤ تقدمت الحكومة إلى مجلس العموم بطلب  
تعديل قانون حماية المستهلك المعمول به منذ العام ١٩٦١، وقد جماعت هذه  
التعديلات تحت عنوان: "الشروط الوقائية لتصنيع الألعاب"، ولم يطل الأمر  
حتى وافق مجلس العموم على هذه الشروط وبوشر بتطبيقها في شهر تشرين  
الأول (نوفمبر) عام ١٩٧٤.

ومن الطبيعي أن يقع أطفال العالم العربي، حيث لا مقاييس لا  
مواصفات، ولا شروط ولا قوانين، ضحايا التهاون الغربي، "وصادرات الموت".  
ويذكر أن الاختصاصي في طب الأطفال في الجامعة الأميركية في بيروت  
الدكتور ناخمن قد عبر أمام مجموعة من طلابه، في أوساط الخمسينات، عن  
قلقه لزاء تزايد إصابات اللوكيميا في أوساط زبائنه الصغار، وجلبهم من أولاد  
الأمم الممسررة الذين تنهال عليهم الألعاب بالعشرات. وقد دلت سجلات



مستشفى الجامعة الأميركية على رصد ٥٠ إصابة لوكيميا على امتداد خمسة أعوام، في حين فشل الفريق الطبي برئاسة ناخمن في تنشيط الوظيفة الانفرادية لكل ٣٥ طفلاً على امتداد الفترة نفسها، كما لاحظ الاختصاصيون حالات ارتباطاً في الجهاز الهضمي لدى عدد كبير من الأطفال كانت تزدهر، وتتكاثر في مواسم الأعياد.

وفي اعتقاد المدير التنفيذي للغرفة للتجارية الصناعية العربية - البريطانية السيد عبد الكريم المدرس "أن الأملوب المباشر في استيراد الألعاب يمثل الثغرة الكبرى الخطيرة التي تتمرب منها الأمراض الخطيرة الى أطفال العالم العربي، أضف الى ذلك عدم وجود أية جهة رسمية مسؤولة عن مراقبة الألعاب وفحصها قبل توزيعها على المستهلكين".

#### • الدمى ونمو الطفل

لكن هذا لا يعني إبعاد الدمية عن الطفل. فهذا الأخير بحاجة الى دمية أن دمي يتسلى بها ويمارس عليها سلطته و"لبوته" أيضاً، وتكون متنفساً له يكشف لها همومه وأحزانه وأفراحه ويثق بها، ولكن شرط أن تكون هذه الدمية تراعى الشروط الصحية المطلوبة، أي لا تكون بالنسبة إليه بلوى تمرضه أو تدخله مستشفى أو حتى تقتله.

والحقيقة أن الطفل يستعين بالدمية لكي يمارس لعبة الحياة من خلالها، فالطفل الذي يريد أن يكون أباً أو الطفلة التي تريد أن تكون أمّاً، لا بد لها من دمية تحن عليها وتبثها عواطفها وإن تضيف عليها كل أدوار الحياة المتوقعة، بما فيها الضحك والبكاء والنشاط والكمال، بل وحتى المرض والموت. وفي هذا الصدد، تتذكر كاتبة مشهورة أنها قد دفنت دميته تحت الأرض عندما

كانت في الرابعة من عمرها، وعندما سألتها أمها عن سبب دفنها، أجابت انها قد ماتت. ومع أن أمها قد أخرجت الدمية من الحفرة، إلا انها عادت دفنتها مرة أخرى. وبالنسبة للطفل الصغير، فإنه عندما يلبس دميته، أو يخلع عنها ثيابها، فإنه يمارس عليها السلطة الأبوية التي يمارسها أبواه عليه. ولكن الشكل الذي تتخذه هذه السلطة يختلف من عمر لآخر، فإننا نجد مثلاً أن الطفلة ذات السنوات الثلاث تميل إلى ممارسة عملية ارتداء الملابس وخلعها بالنسبة لدميتها عدداً من المرات، وكذلك في وضعها في السرير لتنام، وفي اتهاضها من السرير، أما الطفلة ذات السنوات الخمس، فإنها تميل إلى اتخاذ مظاهر أكبر من النشاط، فمثلاً يجب على الدمية أن تلبس كل شيء تماماً. بما في ذلك البيجامة والقميص والبنطال، إلى آخر ما هنالك، مواء كانت هذه الألبسة جاهزة أو اضطرت الطفلة أن تصنعها بنفسها، ومع تقدم الطفلة (والدمية) في السن لأن خزانة الطفلة تصبح مليئة بتشكيلة كبيرة من الملابس المختلفة. وتتعدد الألعاب وتتوسع ما بين ذهاب إلى الزهات واستكشاف للمواقف الجديدة وممارسة لمواقف الشجاعة مثل زيارة للحدائق العامة وغناء للنشيد الوطني أو الذهاب إلى الحلاق أو الخياطة أو الاشتراك في مغامرات السباحة والسفر وما إليها. وفيما يختص بملابس الدمية يختلف الذكور عن الإناث. فبينما تميل الفتاة إلى خياطة ثياب الدمية بنفسها يرغب الطفل بشراء هذه الملابس. وتتميز للعصر الحديث بتوافر الدمى البلاستيكية الرخيصة المنتجة على نطاق تجاري، والتي أتاحت الفرصة لمعظم الأطفال للاعساس بهذه المتعة، فحتى الفقير يستطيع الحصول على دميته اللازمة له لكي يتعاش معها ولقد تغيرت النظرة إلى الدمية بشكل جذري، خاصة وأن ثمة فرقاً كبيراً بين أن يقول الطفل ان

عرونس الذرة هذا سوف يصبح دميتي وبين ان يملك دميمة تمثل طفلاً ذا مظهر قريب من المظهر الحقيقي تماماً.

وكانت نقطة التحول هذه سحرية، حيث غدت الدمى اشد اثاراً للأطفال، وخاصة بعدما بدأ عهد الدمى المتحركة، فقد أصبح الطفل قادراً بكبسة زر على أن يحرك الدمية كما يشاء. وأخيراً جاءت ألعاب الفيديو بما فيها من حيوية فائقة الحدود التي أثارت خيال الأطفال الى أقصى الحدود الممكنة. ومع ذلك فإن الألعاب التخيلية التي يمارسها الطفل مع الأصدقاء الحقيقيين تحمل نوعاً آخر من الإثارة بسبب ما تقتضيه من الوقت والصبر والانتباه وتكيف الطفل مع الآخرين والحاجة الى التلاؤم مع المواقف المتنوعة بخلاف مواقف الفيديو المبرمجة مسبقاً والمعروفة الى حد الملل. ومن جهة أخرى، فإن الألعاب المصنعة على نطاق تجاري وللمتنابه قد حرمت الأطفال من الشعور بالتفرد فقد شعرت تعمل في ميثم أن طفلها قد أقصد بكثرة اللعب التي يجلبها له أبوه كلما عاد من سفره ولكتشفت الطفلة يوماً أن ألعابها كلها قد ذهبت الى ايدي اطفال آخرين وشعرت أنها قد حرمت من صديقاتها ومع أن أباه قد اشترى لها ألعاباً جديدة الا انها قد شعرت بنوع من الغربة مع هذه الدمى الجديدة التي لم تلعب معها سابقاً ولا حصلت معها تجارب في الماضي، ولا حتى تعرفت على شخصيتها او على نقاط القوى والضعف فيها.

وتمثل الدمية ملاذاً أميناً للطفل يبيت اليها همومه ويشاركها افراحه ويعترف لها بأخطائه وخيبات الأمل التي أصيب بها في علاقاته مع أبويه أو أقاربه أو رفاقه، حتى ان كثيراً من أطباء العلاج النفسي يستطيعون ان يتوصلوا الى فهم نفسية الطفل عن طريق الدمى، ويستطيعون أن يحلوا كثيراً

من الإشكالات للخطيرة لدى هؤلاء الأطفال عن طريق إتاحة الفرصة أمامهم للتعبير عن عواطفهم وانفعالاتهم وإخراج مكونات صدورهم في خلوة مع هذه الدمي. وفي كثير من الأحيان، فإن الدمية تساعد الطفل اللذي يعاني من المشاكل العائلية، مثل طلاق أبويه أو وفاة أحدهما أو معاناته من ظلم زوج أمه أو زوجة أبيه. ويتبع رجال الشرطة نفس الأسلوب تقريباً مع الأطفال لمساعدتهم على التصريح عن الجرائم التي شاهدوها سواء أكانت هذه الجرائم قد وقعت عليهم أو على غيرهم فالطفل الذي لا يجرؤ أن يخبر أحداً عما حصل معه مثلاً، يستطيع أن يفضي بمكنون صدره إلى دميته وإن يثق بها.

وربما كان أكبر دليل على أهمية الدور الذي تلعبه الدمية في حياة الطفل وفي نموه أن من الصعب على كل منا أن يتذكر متى وكيف أُلِّقَ عن اللعب بالدمي. فعليه الاستغناء عن الدمية تتم في ظروف خاصة لا يمكن تجديدها ولا التنبؤ بحدوثها. ومن الصعب أن لم نقل من المستحيل أن يميز الطفل انتقاله من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشباب في أثناء عملية الانتقال نفسها فإن هذا الإدراك لا يتحقق إلا بعد أن ينقضي وقت طويل على تجاوز مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشباب. ونقول للسيدة وداد في هذا المجال أنها زارت هي وزوجها بيت والديها، وصعدت إلى المقيفة التي كانت فيها عندما كانت طفلة، وفي صباح اليوم الأول من زيارتها لأبويها، كان أول شيء فعلته حين نهضت من الفراش، وعمدت إلى تغطية الدمي التي كانت قد وضعت منذ زمن بعيد على رف عال.

وفي إحدى روايات السيرة الذاتية نصف المؤلفة ألعابها وخزانة ثيابها ذات التشكيلة المتنوعة الكبيرة ومجوهراتها التقليدية وما إليها. وتقول هذه

الكاتبة انها عندما دخلت أمها عليها وجنتها تحزم الدمى بحرص كامل، بحيث تضع مع كل منها ملابسها وأشياءها الخاصة، بالإضافة الى بطاقة صغيرة تصف وضعها مثل (هذه نكية) أو (هذه ذات روح مرحة أو (هذه مغامرة) أو (هذه مفرورة)، وعندما سألتها أمها عن سبب وضع هذه البطاقات أجابت "لكي أساعد أطفالي".

**لكل مرحلة نمية تنمي فكره وتفيده وهو يشق طريق المستقبل!**

والحقيقة ان الألعاب لا تنمي عند الطفل مهارات تتعلق بالتركيز الفكري فقط، بل انها تعكس وتوضح معالم كل مرحلة من مراحل نموه. وفي الواقع ان عادات اللعب التي يكتسبها الطفل هي ذات علاقة كبيرة بأنماط العمل التي سيمارسها في المستقبل. وهكذا فإن التركيز المكثف الذي يكاد يقترب من حد الكمال، والذي يعالج به الطفل المسائل المتعلقة ببناء (بيت) والخيال الواسع الذي تمارسه الطفلة في تصور عائلتها ومحاولاتها تمثيل المواقف الحقيقية في الحياة العائلية، كل هذا يشير الى الامكانيات المخباء التي يتكشف عنها المستقبل فيما بعد ذلك لأن الأطفال يتعلمون المهارات اللازمة لهم في حياتهم من خلال اللعب، بما في ذلك المهارات المتعلقة بالتركيز الفكري ودقة الملاحظة والانتباه الى التفاصيل وحل المعضلات الطارئة، بالإضافة الى المهارات الاجتماعية ومهارات القيادة التي يتعلمونها من بعضهم بعضاً، والتي تلزمهم كثيراً في حياتهم العملية.

• من الشهر الخامس وحتى الثامن عشر: ابتداء من بداية الشهر الخامس، ينهمك الطفل في فترات اللعب لتعلم ما يلزمه عن بنيته الفيزيولوجية وتركيبه الجسماني، فتراه يستلقي في فراشه محاولاً ان يوصل قدميه الى فمه

ليتعرف عليها. وقد يرفع يده أمامه ليراقب أصابعه وهي تتحرك في الهواء. وعندما يلعب بشيء معلق إلى سريره فإن يتعلم كيفية تشغيل يديه للاستكشاف والتحسيس والتلمس، ومع حلول الثامن من عمره، فإنه يصبح قادراً على استعمال اثنين من أصابعه ليمسك شيئاً، وقد يجلس لمدة ساعة، وهو يلتقط ما حوله من أشياء. ومع ممارسته لهذه الأمور، فإنه يتعلم المهارات اليدوية والميكانيكية التي لا يستغني عنها في مستقبل حياته.

• من الشهر السادس وحتى الثامن عشر: منذ بداية الشهر السادس، يبدأ الطفل في تمييز وتعلم الخاصية المتعلقة بثبات الأشياء واستقرارها وغايبها وعودة ظهورها مرة أخرى. وعلى سبيل المثال، فإذا كان الطفل معتاداً على رؤية (الخشخشة) مربوطة إلى سريره. ثم وقعت فجأة وغابت عن بصره، فإنه سيبحث إلى المكان الذي كانت فيه، كما لو أنه يدرك أن (الخشخشة) كانت هناك، وأن من الضروري أن تبقى في حدود إمكانية الرؤية. ولكنه في الشهر السابع أو الثامن من عمره، فإنه سينظر إلى الأسفل ل يبحث عنها. أما في الشهر التاسع، فإنه سوف يرفع طرف الستارة ليرى إذا كانت مخبأة عنه. وأخيراً وفي نهاية السنة الأولى من عمره يخفي الخشخشة عن نفسه، ثم يبحث عنها، ويجدها مرة أخرى، وهو في كل هذا يتعلم الخاصية المتعلقة بدوام الأشياء، وهذا بدوره يؤدي به إلى إدراك مفهوم ثبات الأشخاص أنفسهم، وهكذا فإن الطفل الذي أكمل السنة الأولى من عمره يصبح قادراً على التجول والابتعاد عن أبويه، مع علمه في نفس الوقت أنه سوف يجدهما عند عودته إليهما مرة أخرى.

وفي هذه المرحلة أيضاً يتعلم الأطفال التقليد، وبإمكان الأم أن تخفي

وجها خلف يديها أمام طفلها ذي الأشهر التسعة، ثم تفتحها مرة أخرى، بحيث أن الطفل يستثار في كل مرة تفعل فيها أمه ذلك. وعندما يبدأ في محاولاته الرامية الى وضع يديه على وجهه، فإن يكون قد أدرك فكرة التقليد، وأدرك (اللعبة) واتخذت صورة واضحة مميزة في ذهنه. والطفل هذه المرحلة يحب المرايا أيضاً. ويرغب أن ينظر الى صورته لفترات طويلة من الوقت، وهو يضحك أو يعبس أو يقطب جبينه، الى آخر تلك الحركات التمثيلية التي يحاول أن يقلد بها الآخرين.

• من الشهر التاسع حتى الشهر الثالث عشر، وتتجلى هذه الفترة بتعلم العلاقة السببية بين الأسباب والمسيبات، فيكتشف انه اذا ضغط على الدمية، فإن صوتاً يشبه الصغير يصدر عنها، راقب طفلاً في السنة الأولى من عمره وهو يحاول أن يسير السيارة اللعبة ذات النابض، ومترى انه يحاول أن يدفعها او يتكئ عليها لجعلها تسير وعندما يفشل في ذلك، فإنه سوف يلتقط السيارة ليفحص العجلات وعندما تراه أمه كيف يملأ نابض السيارة، فإن عينية سوف تتسمان اثاره، حالما يدرك أهمية المفتاح الصغير الذي يكشف لغز اللعبة، وبعد محاولة قصيرة غير ناجحة فإنه سوف يعطي اللعبة لأمه وهو يشير الى المفتاح بإلحاح، وكأنه يقول: (املئها لي)، وهذا يدل على انه قد أدرك العلاقة السببية بين ملء النابض بالمفتاح وحركة السيارة، ولو أنه في نفس الوقت يدرك أيضاً، الى جانب ذلك عجزه عن ملئها بنفسه، وعندما تتوقف السيارة، فقد يحاول مرة أخرى ان يملأها بنفسه، وعندما تبدأ العجلات بالدوران، فإن صيحة الفرحه التي يطلقها الطفل تؤكد شعوره بالنجاح، وهكذا فإنه من خلال تجربة واحدة قد تعلم مبدأ العلاقة السببية بين الأسباب والمسيبات، كما أنه تعلم السيطرة على جهاز معقد.

• من السنة الأولى الى الثالثة: وهي مرحلة تتميز بتعلم المهارات المتعلقة بالمشي وجلس القرفصاء والتسلق وركوب الدراجة ذات العجلات الثلاثة، وهي أمور تعتبر من المهارات الميكانيكية الرئيسية، وتشغل حيزاً كبيراً من اهتمامات الطفل خلال النهار كله، بالإضافة الى ذلك فإن الطفل يتعلم خلال السنة الثانية من عمره اهم الخبرات التي يكتسبها من خلال لعبة مع الأطفال الآخرين الذين يماثلونه سناً، وفيها يتعلم تقليد الآخرين في حركاتهم وإيماءاتهم وغير ذلك مما يكتسبه مهارات جديدة وطرقاً حديثة للقيام بما يرغبه من الألعاب المختلفة، ويتعلم للطفل في هذه المرحلة أيضاً القدرة على تمييز نفسه عن أبويه وأشقاؤه من جهة، ويكتسب القدرة على تمييز ومعرفة صفات التماثل بينه وبينهم من جهة أخرى، وكذلك فإن يكتسب شيئاً من عاداتهم، فتراه في بعض الأحيان وهو (يهمهم) كما يفعل أخوه الكبير أو (قد يذهب الى العمل كما يفعل أبوه) أو (قد يذهب الى السوق للتبضع) وما الى ذلك من أعمال يقلد فيها الآخرين ، وتتميز هذه المرحلة أيضاً برغبة الطفل في ارتداء الملابس التي تتشبه فيها بالكبار وبرغبته في اللعب بالدمى.

• من السنة الثالثة الى السادسة: يتحول انتباه الطفل هنا الى التعرف على مشاعره، بما في ذلك الخوف وصب العذوان والتخيل وما الى ذلك، وعلى سبيل المثال، ففي من الملابس يبدو أن المحاولات الرامية الى تعليمه التبرز قد تكون مصدراً كبيراً للقلق لديه، وقد يعبر عن خوفه من خلال اللعب مع طفل آخر، حيث أن كلا منهما يأخذ دوره بوضع دميته على مقعد المراض، ويطلب من أن يتبرز، وينهاه عن أن يبيل ملابسه، ويجزه عن ذلك بقسوة، ورغم أن لهجته في ذلك تكون لهجة للعب، الا انها عادة ما تخفي وراءه شعوراً بالضغط، ويفيد الطفل في تهيئة جواً من يتعلم من خلاله ما



يتوقع ابواه وزملاؤه منه.

• على أن أكبر مصدر للثائرة لدى الطفل ينبع من عنصر الخيال وعندما يكون لدى الطفل صديق يتمتع بخيال واسع، فإن هذا يفتح أمامه عالماً جديداً جديراً بالاستكشاف، ومن خلال عيني (الصديق)، فإن الطفل يستطيع أن يحاول ويجرب جميع أنواع الأفكار التي تلزمه، فهو يستطيع أن يكون كبيراً بحجم المارد مثلاً أو صغيراً بحجم النملة حسبما توحى إليه رغبته، وكذلك فإنه يستطيع أن يخترع الوحوش والتنانين والفيلة، وكلها تعمل تحت أمره ورهن إشارته.

• وإذا كانت لديك القدرة على أن تشارك طفلك في ألعابه، فإنك تستطيعين بالتأكد أن تهني نفسك على حظك الرائع، فإن الأطفال عادة ما يقاومون تدخل الكبير في ألعابهم، وهي مقاومة مبنية على التجربة. ذلك أن البالغ عندما يشارك الطفل ألعابه، فإنها تنقلب إلى دروس تعليمية، ونادراً ما يستطيع أي من الأبوين أن يقاوم رغبته في أن يجعل للعب ذا (مغزى)، وعادة ما يقولان للطفل: (من الأفضل أن تفعل هذا الشيء بهذه الطريقة) أو (إن ذلك كان ممتازاً يا حبيبي، والآن أفعلها بهذه الطريقة، وذلك حتى تستفيد أكثر). ومع أن من المغري أن تقودي طفلك في ألعابه، ولكنك بهذا تسلبينه المبادرة والعفوية والنقّة بالنفس ولذة الاكتشاف التي يتوصل إليها عن طريق التجربة والخطأ، والتي تميز أسلوب الطفل في اللعب.

وعلى هذا، فبدلاً من تعليم طفلك، حاولي أنت أن تتعلمي منه بنفسك وابدأي في ذلك بملاحظة طفلك أثناء اللعب، وفي مرحلة ما لنزلي إلى مستواه واسأليه: ماذا ستلعب اليوم؟ ثم اتركي له المبادرة واسمحي له أن (يقودك). وإذا

كنت رغبة في معرفة مراحل النمو التي يمر بها طفلك، فإن ألعابه مستفتح أمامك عالماً رائعاً مليئاً بالإثارة. وسترين بنفسك أن الطفل عندما يمارس اللعب، فإنه في الواقع يمارس العمل بكل ما في الكلمة من معنى.

### • واللعب أيضاً حاجة حيوية

وبعد، فإن اللعب بالنسبة للولد ضرورة حيوية تماماً كالطعام والنوم. فأعلان حقوق الطفل الذي أقرته الجمعية العامة للأمم المتحدة في ٢٠ نوفمبر (تشرين الثاني) ١٩٥٩ أعطى اللعب مرتبة الحق الأساسي تماماً كحق الصحة والأمن والتربية، المبدأ السابع لهذا الاعلان يقول في الختام: يجب أن تتوفر للطفل كل الامكانيات لكي يلعب ويقوم بالنشاطات المجددة للقوى والتي يجب أن نتجه نحو غايات تربوية محددة وعلى المجتمع والسلطات العامة ان يبذلوا الجهد للعمل على التمتع بهذا الحق.

" لكن اللعب يحتاج الى وقت لممارسته وليس ذلك سهلاً دائماً في بحر النهار حيث تلي الساعات المخصصة للتلفزيون ساعات المدرسة، في الوسط المدني خاصة، غالباً ما يجد الولد نفسه في مجال ضيق، فالشقق ضيقة والشوارع خطرة ووسائل اللهو التي صممها البالغون مصنوعة من عناصر مهياة لا تتيح المجال لروح الإبداع ولا تدع أي مجال لانفلات الخيال. وللتعويض عن نقص المجال غالباً ما يجد ولد المدينة نفسه غارقاً في كميات من اللعب التي لا تستجيب بالضرورة الى ضرورات حقيقية وأقل من ذلك الى رغبته السرية. المجال الريفي أرحب وأقدر على أن يوفر المولد - الخشب الورق الحجارة المفيدة بل الضرورية للعب كما يوفر له إمكانية العدو وتسلق الأشجار وبناء كوخ. حين يتحرك الولد بحرية يتعلم كيف يسيطر على العناصر

والعالم الخارجي والسيطرة على جسده وتقييم قوته البدنية وقوة شخصيته.

الولد الذي يتربى بعيداً عن الغابات والأنهار وشاطئ البحر والتلال وتحت سماء دلكنة حيث يعقب الربيع الشتاء والشتاء الخريف، بدون أن يتمكن من اكتشاف نبضات الطبيعة، هو ولد محروم من اللعب والحرية بكل معنى الكلمة. لذلك فمن الضروري أن يخصص له في جدول العمل الأسبوعي يوم واحد على الأقل في قلب الطبيعة مع أولاد آخرين ومع حيوانات. هذه الأخيرة لا تتيح له فقط اكتشاف الحقائق الخارجية وإنما أيضاً تنمي خياله. فإن كان معه كلب دور التحري أو جواد لعب راعي البقر، أو حيوانات مزرعة لعب دور المزارع أو الطبيب البيطري. أنه يقدر كذلك صداقة هذه الحيوانات.

اللعب بالنسبة للولد هو الحياة، دعوهم يلعبون طالما أحبوا ذلك وبكل القوة التي يستطيعونها. طبعاً مع السهر على تجنبهم الحوادث الممكنة وإنما بالعين فقط. ولا تنسوا مخاطر الدمى ولا سيما تلك التي لا تتوافر فيها الشروط الصحية، حتى لا ينقلب فرح الأطفال الى نوح!

## **((أجسام غريبة في الأذن والأنف والمعدة ... والبلعوم))**

### **أ- حشرة في الأذن:**

ما يجب عمله:

١- أتر مصباحاً كهربائياً قرب الأذن في غرفة معتمة، فالضوء قد يشجع الحشرة على مغادرة قناة الأذن.

٢- حرك رأس الطفل قليلاً بحيث تصير الأذن المصابة متجهة الى أعلى، وصب في قناتها غليسرين أو زيت الزيتون أو زيت القلي، مبقياً الزيت فيها عدة دقائق. فهذا من شأنه أن يسبب اختناق للحشرة.

٣- ثم اغسل الأذن في رفق بالمياه الدافئة، مستعملاً حقنة خاصة للأذن بينما تضع طشتاً تحتها.

٤- إذا لم يبعد ذلك كله الحشرة، استشر الطبيب.

### **ب- جسم جاف صلب في الأذن:**

ما يجب عمله:

١- حرك الرأس بحيث تصير الأذن المصابة متجهة الى أسفل. اسحب الشحمة الخارجية للأذن في اتجاهات مختلفة، فهذا من شأنه أن يجعل الجسم الغريب يسقط من الأذن.

٢- اغمس فرشاة رسم صغيرة الحجم أو الجانب النظيف المنفوخ لعود

كبريت في غراء أبيض أو مادة لاصقة أخرى سريعة الجفاف. وبينما تسحب شحمة الأذن مستقيمة، أدخل الطرف اللاصق بعناية في الأذن إلى أن يلمس الجسم الغريب. انتظر قليلاً حتى يجف الغراء ثم اسحب في رفق العود أو الفرشاة حاملاً معه الجسم الغريب خارجاً.

٣- إذا لم ينجح ذلك استشر الطبيب. ولا تتدخل إطلاقاً جسماً حاداً في قناة الأذن لأنه قد يتلف طبقاتها.

#### ج- جسم غريب في العين:

إذا كان هناك احتمال دخول شظية فولاذ أو كل جسم غريب آخر في بؤبؤ العين، استشر الطبيب حالاً لمعالجة هذا النوع من الإصابات.

وإذا دخل رماد أو غبار بين العين والجفنين تصرف كما يلي:

١- دح الطفل يفلق عينية طوال بضع دقائق. فالتهديج يجعل الدموع تجري من العينين كليتهما. وإذا كان حظ المصاب جيداً فإن الدموع نفسها قد تفضل جزئيات الغبار وتلقيها خارجاً. ويجب ألا تفرك العين أبداً.

٢- أما إذا ظل الجسم الغريب في العين فامسك بأهداب الجفن أو الرموش الأعلى وامسحها خارجاً وإلى أسفل فوق الأهداب السفلي. ثم حرر الجفن الأعلى ودح الجفن الأسفل يعمل بمثابة مكنتة تكتس الجسم الغريب.

٣- إذا ظل الجسم الغريب في العين امسك قطارة بالمياه العادية أو بمحلول الملح للمعقم واشطف في رفق لافسحة الواقعة بين بؤبؤ العين وجفنيها عن

طريق الامساك تباعاً بأهداب كل جفن وإبقائه مرفوعاً قليلاً عن العين بينما يجري المائل تحته.

٤- إن الحل الأخير قبل استشارة الطبيب هو أن يعمد القائم بالإسعاف الى غسل يديه جيداً بالصابون والماء وقلب الجفنين واحداً بعد آخر والبحث جيداً عن الجسم الغريب. ويمكن انجاز هذا بسهولة في الجفن الأسفل بمجرد الامساك بالأهداب. أما الرمش الأعلى فمن الأفضل قلبه بقلم رفيع أو عود كبريت بمسك.

د- جسم غريب في الأنف:

قد يدفع الأولاد أحياناً حبة فاصولياء أو ما يشبهها الى أحد المنخرين.  
ما يجب عمله؟

يمكن رؤية الجسم الغريب عادة اذا جعلنا الولد يرفع رأسه الى الخلف. وفي العادة يمكن إزلاق طرف سلك إما تحت ذلك الجسم أو فوقه. وسحبه في رفق. فإذا لم تنجح هذه الطريقة، استشر الطبيب.

هـ- جسم غريب في الجلد:

للجسم الغريب في الجلد يكون عادة من الخشب أو المعدن أو الزجاج، فإذا كان ذلك الجسم صغيراً وقريباً من سطح الجلد، يمكن عادة سحبه في المنزل، اما اذا اخترق الأنسجة العميقة أو كن تحت ظفر إصبع اليد أو أصبع الرجل فيتعين عندئذ استشارة الطبيب. وقد تكون هنالك حاجة الى الاحتياط ضد مرض الكزاز (التيتانوس).

ما يجب عمله:

- ١- ينبغي أولاً للقائم بعملية الإسعافات الأولية أن يغسل يديه بالماء والصابون كما يغسل أيضاً جلد المريض حيث يقع الجسم الغريب.
- ٢- تعقم ابرة وملقط على لهب صغير.
- ٣- توسع الفتحة في الجلد بواسطة الابرة. وإذا كان طرف الشظية بارزاً امسكه بالملقط واسحبه.
- ٤- اغسل منطقة الإصابة ثانية، وغطها بكمامة معقمة أو بضمادة شاش لاصقة.

#### و- جسم غريب في المعدة (مبتلع):

يبتلع الأولاد الصغار قطع نقود معدنية ومفاتيح ومسامير متنوعة فإذا لم يكن للجسم المبتلع اطراف حادة فإنه يمر عادة من خلال الأمعاء في غضون ساعات أو أيام، ولكن المسامير قد تستقر في الأمعاء وتثقب جدارها مسببة عواقب وخيمة. وفي هذه الحالة يستشار الطبيب، فهو يستعمل اشعة اكس لتحديد موقع الجسم الغريب وقد يلجأ الى الجراحة لإزالته.

#### ز- جسم غريب في البلعوم:

عندما يضع ولد جسماً صغيراً في فمه وينزلق ذلك الجسم بحيث لا يعود تحت سيطرته فإن واحداً من امور ثلاثة يمكن أن يحدث:

إما أن يستقر هذا الجسم في البلعوم أو يصل إلى ممرات الهواء المؤدية إلى الرئتين أو يبتلع وسنهتم هنا في الاحتمال الأول فقط.

ما يجب عمله:

إذا كان الطفل قادراً على التنفس من طريق للنفاس الهواء حول الجسم الغريب فدعه هادئاً قدر الامكان ومستلقياً على ظهره قبل نقله إلى عيادة الطبيب، اما اذا كان غير قادر على التنفس فحاول أن تحمله ورأسه إلى أسفل واضربه على ظهره بين الكتفين حتى تجعله يستعمل الهواء الذي في رئتيه كي يسعل سعلة قد تدفع بالجسم الغريب خارجاً. فإذا اخفقت في ذلك وخاصة إذا بدا وجه الولد ينكمد فاحمله بسرعة إلى أقرب عيادة طبيب أو مستشفى للمعالجة.



## (( العاجلة الأذنية تبطن دماغ الطفل ))

قد يصاب كثير من الأطفال الطبيعيين الأذكياء غير المصابين بأي تلف دماغي بعجز دائم يقعدهم عن التعلم بسبب علة بسيطة هي احتشاء الأذن خلال السنوات الثلاث الأولى من العمر. إن دماغ الطفل خلال هذه الفترة ينبغي أن يكون قد أخذ يتعلم عملية اللغة المفروضة فإذا كان الأذن مسدودتين بسبب مرض مزمن أو مترد في الأذن الوسطى فإن الكلمات والجمل التي يسمعها تكون بصورة مكبوتة وكأنه يسمع شخصاً يكلمه وهو تحت الماء وهكذا يحرم دماغ الطفل في تلك السنة المبكرة من تعلم كيفية فهم وتجميع خيوط الكلمات. وحتى لو نظفت أذن الصغير فيما بعد من هذا العارض فإنه يظل محروماً من المهارات السمعية الضرورية للقراءة والتهجئة وبعض أنواع الحساب. هذه هي النتائج التي استخلصها باحثون في أمراض الأطفال بجامعة تكساس، وقد قام أولئك الاختصاصيون بدراسة أحوال أربعين طفلاً يعانون مشاكل سمعية تتراوح أعمارهم بين السادسة والحادية عشرة وقد اشتمكى معلمو أولئك الأطفال من أنهم شاردو الأذهن لا يحسنون التركيز ومصابون بفرط النشاط الذي لا تجعلهم قادرين على السكوت والاصغاء مما يتطلب إعادة الدرس أو الجملة عليهم مرات ومرات، وبعد فحص الأطفال فحصاً طبياً دقيقاً ولخذ تواريخ عن تطورهم اكتشف الدارمون وجود علاقة وتقسي بين اصابتهم بمرض مزمن في الأذن الوسطى وتأخرهم في استخدام الكلمات وتركيب الجمل. وفي اختبارات قياس الذكاء لم يبد هؤلاء الأطفال مهارة فسي الاختبارات المحتاجة إلى لذن سليمة ولو أنهم أبدوا ذكاء طبيعياً في الاختبارات البصرية.

## ((استعمل ذكاءك للتغلب على التخلف العقلي))

يعتبر التخلف العقلي مشكلة طبية ونفسية وتعليمية ولكنه في نهاية الأمر يمثل مشكلة اجتماعية بالدرجة الأولى. والنظرة الى مشكلة التخلف العقلي تشمل البعد العضوي الطبي كذلك البعد الاجتماعي البيئي التكيفي. فالنظرة الطبيعية للسي المشكلة تبرز مشاكل التغيير في نميخ المخ أو عدم نمو خلاياه أو اضطرابات التمثيل الغذائي للخلاية العصبية أو نقص في القدرة على نقل الاشارات العصبية أو بعض أو كل هذه العوامل مجتمعة. لما البعد النفسي الاجتماعي فيهم بتعويق النمو في مراحل الطفولة المبكرة وسنوات ما قبل المدرسة على صعوبات التعلم في سنة المدرسة وعلى ضعف الفرص للتكيف الاجتماعي فيهم بتعويق النمو في مراحل الطفولة المبكرة وسنوات ما قبل الدراسة على صعوبات التعليم في سن المدرسة وعلى ضعف الفرص للتكيف الاجتماعي وعلى قدرة العمل في مرحلة النضج. وفي المجتمعات المتقدمة قد تبرز مشكلة هذا النوع الثاني نتيجة للمطالبة الملحة والضغط المستمرة بينما قد يصبح أكثر فعالية لمجتمع أقل تطوراً ومشكلة التخلف يمكن اعتبارها مشكلة متعددة الأوجه وتشمل جوانب عديدة فسيولوجية ونفسية وعضوية وتعليمية واجتماعية من وظائف الانسان وسلوكه. وعلى ذلك فيمكن تعريف التخلف العقلي بأنه "الانخفاض في ملكة الذكاء السي الأقل من المتوسط والتي تحدث عادة في مرحلة النمو وتؤدي الى اضطرابات في قدرة الانسان".

درجات الحرمان:

ويقسم الحرمان من الذكاء الى درجات من الأقل الى الأكثر شدة وهي خمسة

درجات تبدأ من درجة تحت المتوسط.

وحجم المشكلة ضخم إذ تبلغ حوالي ٣% وأسباب للتخلف العضوي عديدة منها ما تسببه عوامل الوراثة وزواج الأقارب ومنها ما تكون من اضطرابات التمثيل الغذائي لأنواع معينة من الغذاء كالبروتين أو سكر الجالاكتوز نتيجة اضطرابات في بعض الانزيمات وغيرها من الاضطرابات في تمثيل الدهون أو النشويات.

وهناك كذلك الاضطرابات في الكروموسومات حاملات الوراثة وتعطي ما نسميه عوامل الوراثة وزواج الأقارب ومنها ما يتسبب من اضطرابات التمثيل الغذائي لأنواع معينة من الغذاء كالبروتين وسكر الجالاكتوز نتيجة اضطراب في بعض الانزيمات وغيرها من الاضطرابات في تمثيل الدهون أو للنشويات. وهناك كذلك الاضطرابات في الكروموسومات حاملات الوراثة وتعطي ما نسميه "ملاحح الطفل المنغولي". وقد تسبب الأمراض التي تصيب الأم أثناء الحمل في حدوث هذه الاصابات مثل إصابة الأم بالحصبة الألمانية أو اضطرابات فصائل الدم بين الأبوين أو إصابة الأم بمرض السكر. كذلك نزول الأطفال قبل فترة الحمل الكاملة وهو ما يطلق عليه الأطفال المبسترين وتعتبر إصابة الطفل بالحميات المخية بعد الوضع من الأسباب الهامة في التأثير على خلايا المخ ٠٠٠٠.

**المجال الاجتماعي:**

لما في المجال الاجتماعي فتعبر حالة الأم الصحية والنفسية علامات هامة في نمو إدراك الطفل وملكانه وقد تؤثر فيه المشاكل العاطفية والاجتماعية التي تسود الطفل والحرمان من التفاعل الاجتماعي المناسب أو النشأة في أسرة تتعمد فيها وسائل الاثارة.

والطفل المتخلف يواجه مشاكل في نمو شخصيته واضطراب في حياته العاطفية وقدرته على التكيف ويحتاج عادة الى اهتمام مضاعف من الأم. ووجود طفل متخلف يترك أثراً عديدة على أسرته وقد يصبح مصدر تعاسة دائمة.

#### العلاج قبل الحمل:

والوقاية خير من العلاج دائماً وتشمل نشر الوعي الصحي وتحسين المستوى الاقتصادي وفحص الأزواج طبياً ونفسياً قبل الارتباط كما تشمل الاكتشاف المبكر لحالات اضطراب التمثيل الغذائي لأنها حالات يمكن احتوى عليها كالبروتين أو اللين. وهناك حالات الالتهاب المخي والسحائي التي يصبح علاجها الحاسم والمبكر عاملاً هاماً في تجنب اضرارها. وعلاج المشاكل النفسية للأسرة والطفل في مراحل مبكرة تجنب الطفل التعرض لعوامل الحرمان التي تؤدي الى التخلف، أما الأطفال المتخلفين فعلاج مشكلتهم يشمل علاج مشاكل السلوك والشخصية في المدرسة أو المراكز المتخصصة كما يشمل تعديل السلوك بالوسائل التربوية السلوكية ومقابلة الآباء بغرض توضيح دورهم مع وجود مؤسسات ومراكز لتأهيل المتخلفين لعمل يناسب قدراتهم مع توفير فرص للتأهيل للمعوقين جميعاً، كذلك اتباع وسائل خاصة في برامج للتعليم. والمجتمع لا يزال في حاجة الى المزيد من الاهتمام لهذه المشكلة على كل المستويات الوقائية والعلاجية.. فلا يزال عدد المؤسسات لا يفي بالغرض وكذلك من ناحية الامكانيات ومصاريف القطاع الخاص باهظة بالنسبة لإمكانيات الرجل العادي ٠٠ فما بالنسبة بمثل هذه المؤسسات المتخصصة ٠٠ لما عن برامج الوقاية ونشر الوعي قبل الزواج والحوامل وبعد الوضع خلال فترة الرضاعة، فلا تزال في حاجة الى ثورة كاملة وجهد كبير على كل المستويات الاعلامية والصحية.

## (( نفسية الطفل ))

تعتبر السنوات الأولى من حياة الطفل أساسية في تكوينه وفي سلوكه في المستقبل كإنسان ناضج. فمن المعروف أن الطفل عند ولادته يتصور نفسه مركزاً للكون، وأن كل ما عداه لا يكون موجوداً بالنسبة له من الناحية النفسية. لكنه بعد فترة قصيرة يأخذ في الاحساس بشخص يهتم به، يمنحه الغذاء والحب والطمأنينة، هو أمه في أغلب الأحوال .. إن الصغير يتصور أن هذا الشخص جزء منه، فيتحرك بعواطفه نحوه باعتباره جزءاً مكملًا له. لكن بعد قليل يتبين أن هذا الشخص الذي يتمثل في الأم يتحرك بعيداً عنه، وهكذا يميزها كشخص منفصل عنه .. وبرغم هذا فإنه يستمر في منحها عواطفه، وبخاصة عاطفة الحب.

### بعض المتاعب

ومن هنا تتفرع عواطف الطفل تجاه والده، ثم تجاه أخوته وأفراد الأسرة، وتجاه المجتمع الأوسع. ومن العجيب أن عواطف الطفل في هذه المرحلة الأولى تتميز بسرعة للتغيير، ففي لحظة يحب أمه لأنها ترضعه، وفي أخرى يحس بالكراهية لها لأنها لم تستجب لمطالبه، وقد تظهر هذه الكراهية في صورة عدوان من الصغير على أمه، فيقوم "بعض" حلمة الثدي، ويسمي إليها في مرحلة الفطام .. وهكذا فإن علاقة الطفل بأمه هي علاقة أساسية في تكوين شخصيته المستقبلية، وينبغي أن نلاحظ أن هذه العلاقة أساسية في تكوين شخصيته المستقبلية، وينبغي أن نلاحظ أن هذه العلاقة تكون وثيقة منذ البداية بشكل كبير عندما تقوم الأم بإرضاع الطفل أو تنظيفه.. ثم تأخذ في التحول مع نمو الطفل،

حين يجد اصنقاء يلعب معهم، ومن ثم يقل اهتمامه بالام والامرة الى حد ما.. لكن العلاقة بين الام وطفلها قد تعتربها بعد المتاعب والمشاكل، التي يجب ان تلتفت اليها كل ام، حتى يشب ابنها سليماً من الناحية النفسية. فمثلاً قد تؤدي القسوة في معاملة الصغير وشدة النظام الذي تفرضه الام على حياته الى احساسه بان هذه هي صورة المجتمع الذي سيعيش فيه مستقبلاً. وهذا يبدأ في الشك فيمن حوله، ويبعد عنهم ويتصورهم دائماً في صور الوحوش التي تريد ان تقسو عليه. في نفس الوقت فإن هذا من شأنه ان يساعد على تكوين الضمير القاسي لدى الطفل، فيعامل مع نفسه بطريقة قاسية، ويحاسب نفسه على كل خطأ مهما كان تافهاً .. وكل من هذين الطريقتين يؤديان في النهاية الى كثير من الأمراض النفسية .. كذلك التكتيل "الدلع" بقبض القسوة، أنه يؤدي هو الآخر الى تكوين "هش" لشخصية الطفل، يجعله غير قادر على تحمل الصعاب، ويتصور دائماً ان رغباته يجب ان تلبى وتجاب، بل وملزمة لكل من حوله، وهذا ليس من الواقع في شيء، ومن هنا فإنه يصطدم بالحقيقة، ويصعب تكيفه مع الحياة. ومن ناحية أخرى فإن هذا التكتيل يساعد على ضعف نوازع الضمير لدى الطفل عندما ينضج، مما يسهل عليه الوقوع فريسة للانحرافات وانماط من السلوك الشاذ.

### أخطاء تربوية

ولا يقف الأمر عند هذه المتاعب والمشاكل، بل ان فهم الأم أو الأب بأسلوب التربية الخاطئ قد يكونان سبباً في اصابة نفسية للطفل اصابة مباشرة. ولناخذ مثلاً .. الأم التي تولجها تريد الصغير لبعض الألفاظ "الخارجية" مرة بالضحك، وأخرى بالعنف، هنا لا يستطيع الطفل ان يميز بين الصحيح والخاطئ

في سلوكه. ومع تكرار هذا الأسلوب يصبح الابن متردداً، ويصعب عليه اتخاذ اي قرار، ومن ثم لا يمكنه للتكيف مع ظروف الحياة، بل أن تكوينه النفسي على هذه الصورة يصبح متناقضاً، مما يجعله غير متكامل، ويؤدي به الى تفككه في الشخصية، وقد يصل الأمر به الى حد الانفصام الذهني. وهناك خطأ آخر تقع فيه الأم في عملية التربية .. انها قد "تصد" الطفل باستمرار، ولا تمنحه الحب والحنان اللازمين له وقد يصل الأمر الى حد الحرمان الكامل الذي قد يحدث أيضاً لو لم تكن الأم نفسها موجودة. هنا يشعر الصغير بالحرمان العاطفي، فتتأثر نفسيته تأثيراً بالاضافة الى التأثيرات العضوية المختلفة، فهو في موقف الحرمان يعاني من الخوف والكآبة والأرق وفقدان الشهية، وقلة الوزن، وغير ذلك من الأعراض. بل ان الحال قد يصل به الى نمط سلوكي كان قد تعدى مرحلته، كان يتبول على نفسه، أو يمص أصابعه، أو غير ذلك من أنماط السلوك المختلفة. ولما كانت علاقة الطفل بأبيه علاقة مؤثرة في حياته، مثل علاقة الأم، اذ ينقل عنه مثله ونظراته الى الحياة وتصرفاته وسلوكه، الأمر الذي يؤكد ان شخصية الأب تساعد على تكوين ملامح الصغير الخاصة بالطفل، سلباً كان ذلك أم إيجاباً، فاذا كان الأب مثلاً قاسياً، انطبع بذلك الطفل بوضوح، ومثل ذلك كان متسامحاً، أو حتى في تصرفاته. ولا يصح ان ننسى علاقة الطفل بأخوته، وهنا يجب ان ندخل في حسابنا الفاصل الزمني بين الطفل والذي يليه. فإن تعدد الأطفال مع تقارب السن قد يؤدي فعلاً الى الإهمال في التربية نتيجة الأعباء التربوية الكثيرة على الأم. كما ان قدوم الطفل الجديد دون أن يكون الذي سبقه قد وصل الى المرحلة المستقلة من التكوين النفسي، وهي بعد سن الثانية على الأقل، كغيل بايجاد نوع من القلق لدى الطفل، فقد انصرفت أمه الى الوافد الجديد بكل كيانها.

### عوامل أخرى

لذلك يجب ان تكون المدة بين انجاب طفلين من سنتين الى أربع، كما أن تعدد الأطفال بجانب الأعباء الاقتصادية التي تولجها الأسرة، يقلل فرصة الصحة النفسية لأفرادها، نظراً للاحتكاك المستمر بين الأبناء. ومن الواجب على إية حال، ومن أجل سلامة الأبناء النفسية للتركيز على عدة أساسيات هامة.

- يجب الفهم الصغار دائماً أنهم ينتمون الى أسر واحدة.
- وبأنهم مطالبون بالتعاون بين بعضهم البعض.
- ويجب على كل منهم ان يبذل كل طاقة لكي يصلح من نفسه، وحتى

يسعد أسرته.

هذه هي عوامل نفسية هامة في تكوين الطفل، ولكن الى جانبها تبرز عوامل اجتماعية، وأخرى عضوية. فأما العوامل الاجتماعية فإنها تؤثر بشكل كبير في تكوين الطفل، فالأسرة ذات الدخل الكبير غير ذات للدخل الصغير، والممكن الفسيح الصحي غير الممكن الضيق غير الصحي، وكثرة عدد الأطفال غير قلة عددهم. وهكذا. ومن هنا فإن العلاقة وثيقة بين العامل الاجتماعي وتكوين الطفل ونشأته. ثم لا ننسى العوامل العضوية ودورها في هذا الشأن. كان يصاب ببعض الأمراض الوراثية، او المكتسبة كالنزلات الشعبية والرئوية وغيرها. ان ذلك يؤثر في نفسه تأثيراً بالغاً، وهنا يبرز دور الوالدين في الأخذ بيده. وهكذا فإن نفسية الطفل تبدأ في التكيف منذ أيامه الأولى، وتحتاج من كل من الوالدين اهتماماً كبيراً، وعناية خاصة، ليثب سلباً من الناحية النفسية، حين يصبح شاباً وزوجاً له أسرة.



## (( الطفل الوحيد مشكلة نفسية ))

قد يحجم كثير من الأزواج عن الانجاب اكثر من مرة، رغبة في تحديد النسل ومن أجل الارتفاع. بالمستوى المعيشي للأسرة دون أن ينتبهوا الى الآثار السئية الناجمة عن الطفل الوحيد. على الرغم من انه ينشأ في ظروف مادية واجتماعية سهلة ويحظى برعاية كبيرة واهتمام شديد.

إذن ما هي المشكلة التي يعانى منها هذا الوحيد؟

على الرغم من توفر الامكانيات المادية والرعاية الأسرية للطفل الوحيد فإن الآثار النفسية السئية قد تنعكس عليه نتيجة لعدم وجود أخوة له يقاسمونه كل هذا الاهتمام والرعاية، ويتنافسون معه في شتى المجالات ويشاركونه أفراحه وآلامه وآماله ولا يمكن أن تكون عاطفة الصديق أو القريب أعمق وأقوى من عاطفة الأخوة، فصلة للرحم رابطة لا تنفصم مهما حدث من خلاقات ومنازعات سطحية سرعان ما تنتهي. وتظهر على الطفل الوحيد أعراض الأنانية وحسب الذات والميول النرجسية في مرحلة مبكرة من العمر. كذلك فهو غالباً طفل مدلل لا يستطيع الاعتماد على النفس ولا يستطيع مواجهة متاعب ومصاعب ومسئوليات الحياة في الكبر.. وغالباً ما يكون الطفل الوحيد غير قادر على التكيف مع العلاقات الاجتماعية الا بصعوبة شديدة كذلك فهو يريد أن يأخذ أكثر من قدرته على العطاء وتسيطر على شخصيته نزعة حب السيطرة والتمسك. هو طفل قلق بطبعه يستعجل الأمور ويحكم على المواقف بسرعة ودون تفهم وعلى مستوى

شخصي، وهو يتعجل الحصول على المكسب والمتعة دون استعداد للتضحية. ويميل الطفل الوحيد دائماً إلى التقرب للآخرين واجتذاب الأصدقاء ليكونوا تحت سيطرته ويفرض عليهم إرادته ويملي عليهم شروطه بشيء من التحكم والأناية وبشيء من الحذر والترقب والرغبة، خشية أن يفقد كيانه خلالهم أو يضحى بشيء من أجلهم. وقد يحقد الطفل الوحيد على أصدقائه في الأسر متعددة الأطفال. وهل يعيش والد الطفل للوحيد حياة أسرية أسعد حالاً من التي يحياها أولئك الذين انجبوا العديد من الأبناء؟ هنالك آثار نفسية سيئة تظهر على والدي الطفل الوحيد وهي القلق والخوف الدائم عليه والسيطرة التامة على كافة حركاته وسكناته بحيث تطمس معالم شخصية وتقلص نفسيته وتحدد حركته لتكون كما يريد الوالدان وليس كما يريد هو. وأسرة الطفل الوحيد يسودها التوتر الشديد الذي يظهر أحياناً في الخلافات الزوجية المستمرة حول طريقة تربية الطفل. وكثير ما يخطئ الوالدان في رعاية وتربية الطفل الوحيد نتيجة لفرض الرقابة والرعاية والحرص الشديد عليه والإفراط في تكليله.

#### • وما هي الطرق العلمية لتفادي المشاكل النفسية للطفل الوحيد؟

ان تجنب الأمرة طفلين أو ثلاثة على الأكثر فتجنب الآثار السيئة للطفل الوحيد وفي نفس الوقت تتجنب الأمرة والمجتمع الآثار الخطيرة الناجمة عن زيادة تعداد السكان.

ويمكن للأمرة ذات الطفل الوحيد ان تتجنب هذه الآثار النفسية السلبية تخلق حوله جواً أسرياً بالنسبة للطفل من خلال اختلاطه بمن في مثل سنه من الأصدقاء

والأقارب، أو إيجاد أصدقاء له بمثابة الأخوة لينشأ بينهم وهو يشعر بمعنى التعاون والتنافس بين الأخوة. وهناك جانب ايجابي في موضوع الطفل الوحيد وهو أنه عادة لا يتعرض لضغوط نفسية أو منافسة داخل العائلة من غيره من الأخوة والأخوات وهذا يعمل على خلق شخصية منبسطة حالية من العقد اذا ما وجد التربية النفسية السليمة من الأبوين. فعلى الوالدين تقع مسؤولية كبيرة في تشكيل نفسية طفلها خاصة في الفترة من ٣ الى ٧ سنوات ثم في فترة المراهقة.

وينبغي ان نتفادى اسرة الطفل الوحيد جو التوتر والخوف والقلق النفسي. لأن هذا التوتر انعكس عليه ويجعله ضعيف الشخصية، مقلد للنفس لا يعتمد عليه، وبدلاً من الإقراط في التكليل أو في القسوة ينبغي يتبع الوالدان أسلوباً معتدلاً يقوم على التوجيه والتقويم بحزم ولكن في حنان.

وهكذا تصبح شخصية الطفل ناضجة. ويشب مسوياً يستطيع ان يتحمل مسؤوليات والديه في شيخوختها ويصبح اتمناً له دوره الايجابي داخل اسرته الصغيرة وفي مجتمعه الكبير.

## (( الصحة النفسية للطفل في سنته الأولى ))

الصحة النفسية ضرورة هامة لأطفالنا منذ السنوات الأولى، بل منذ الشهور الأولى، ولذلك فمن الضروري ان يراعي الآباء والأمهات عدة ملاحظات هامة عند التعامل مع الطفل الصغير أثناء أكله، ونومه وصراخه، وغير ذلك من المواقف الهامة في حياته، فإن ذلك كفيل بتحقيق الهدف الذي نسو اليه: من أجل طفل سليم النفس.

### ١- التغذية:

تعتبر من أهم مشاكل فترة الرضاعة، إلا أنها يمكن ان تستمر حتى مرحلة الطفولة وإن تمتد الى مرحلة الرشد مع اختلاف مظاهرها في كل مرحلة. فالرضاعة الطبيعية للطفل لها أهمية كبيرة، وقد تبين أن معظم الأطفال الذين يحاولون الى العيادات النفسية بأمراض صعوبات التغذية أو الاضطراب النفسي أو الانحراف السلوكي كانوا يعانون في السنوات الأولى من عمرهم من اضطرابات للتغذية، ففي إحدى الإحصائيات تبين بأن حوالي ٦٩ طفلاً حولوا الى العيادات النفسية لظهور بعض أعراض القلق النفسي في حوالي ٢٠-٢٩% كانوا يعانون من صعوبات التغذية في سنواتهم الأولى، حوالي ٣ منهم كانت فترة رضاعتهم الطبيعية قصيرة ثم بدأت الصعوبات تظهر عند انتقالهم الى الرضاعة الصناعية.

### ٢- ضبط وظائف الإخراج:

المسمن الطبيعية التي يتمكن الطفل فيها من ضبط الأمعاء هو ١٢ شهراً،

والثمانية حين يبلغ السنتين من العمر. ومع ذلك فهناك بعض الاختلافات الفردية التي يمكن أن تحدث، وتتوقف إلى حد كبير على الصحة الجسمية للطفل، وكذلك توقع ظهور العودة إلى عدم ضبط وظائف الإخراج حين يكون مريضاً أو خائفاً أو مضطرباً ونتيجة إلى حادث. وينبغي ألا يبدأ للتدريب في وقت مكبر والأفضل الانتظار حتى يصبح الطفل قادراً على الجلوس وعلى تكوين علاقة ثابتة مع من نرعاها.

### ٣- عادات النوم:

الصعوبات التي تتعلق بالنوم أكثر شيوعاً في السنتين الثانية والثالثة عن السنة الأولى، وفي أغلب الأحيان تكون هذه الصعوبات نتيجة لظروف النوم أثناء السنة الأولى، وعادات النوم التي اكتسبها الطفل في هذه الفترة. لذلك ينبغي تشجيع عادات الاستقلال في النوم في فترة مبكرة ما أمكن ذلك، وإن تكون هناك غرفة خاصة بالطفل أو مع طفل آخر أو مع مربيته بعد مرور الأسابيع الأولى، وتكون الأم تحت الطلب، فإذا استيقظ الطفل أثناء الليل بعد آخر رضعة ينبغي على الأم أن تلبى نداءه، فتحاول أن ترضعه وتخفف عنه، وتمنحه من الحب والحنان حتى يشعر بالراحة والاطمئنان، ولا تتركه بنفسه يصرخ حتى ينام.

### ٤- نوبات البكاء والصراخ:

يعتبر بكاء الطفل طريقة اتصاله بمن حوله، فهو يحتاج إلى الطعام والرعاية فإذا لم يمنح ما يشبعه منهما فإنه يلجأ إلى البكاء الكثير. أما إذا منح ما يحتاجه منهما فسوف لا يبكي إلا في حالات نادرة وملحة. والطفل الطبيعي قليل البكاء.

لذلك فمن الأهمية بمكان ان نلبي حاجات الطفل الأماسي الحيوية، ولكن ليس من الصواب ان نسرع اليه في كل مرة يبكي فيها. فأحياناً يستخدم البكاء كوسيلة لتحقيق رغباته. ولكن ينبغي ان نجعله يتعلم الانتظار القليل وتحمل الحرمان البسيط في فترة مبكرة ما أمكن ذلك.

#### ٥- مص الإصبع :

هذه العادة لا يسمح بها اذا نظر اليها من الناحية الصحية، ولكن من الناحية النفسية فيسمح بها اذا كانت تبدو على الطفل أعراض الاضطراب النفسي، فإذا حرم من ممارستها التي تعتبر مصدر لشباع له وكذلك كبديل عن ثدي امه فسوف تحدث له اضطراباً أكثر شدة. أما اذا كان الطفل يتمتع بحالة صحية جيدة، ومعتنى به ويشعر بالرضا والسعادة، فسوف لا يحتاج الى ما يساعده على الراحة، ويمكن ان يساعد على التخلص منها بأن يمد بوسائل أخرى بديلة تسترعي انتباهه مع منحه الغذاء المناسب، والحب والعطف والحنان، ومن الأصوب ان يرفع بلطف الإصبع من فمه أثناء نومه حتى لا تصبح عادة لديه، وتعتبر هذه المشكلة ليست ذا أهمية في مرحلة للرضاعة، ولكن تعتبر علامة توتر نفسي اذا استمرت مدة أطول في مرحلة الطفولة.

## (( تطور الطفل نفسياً وذهنياً ))

من المعطيات التي غدت سائدة، والتي يسلّم الجميع بصحتها، التأكيد على الشروط المادية، وأيضاً وبشكل خاص على الشروط العاطفية، التي يتطور الطفل من خلالها، أثناء العنيتين الأولى والثانية من الحياة أو خلال السنوات الثلاث الأولى منها، مع الإشارة الى أهمية هذه الأشهر في تكوين السلوكيات والطباع التي ستميز كل مرحلة الطفولة بل والحياة برمتها في وقت لاحق. وقليلاً ما ننتبه الى عظيم أهمية هذا الأمر، لأن الغالبية العظمى من الآباء، لحسن الحظن يوفرون لأطفالهم ظروفاً حياتية طيبة، ويحبونهم بحنان، ويقومون بكل ما بوسعهم كي يؤمنوا لهؤلاء الصغار جواً من الأمان والراحة، والعطف.

ان تعقد المشكلات في هذا الميدان ناجم عن ان تطور الطفل عاطفياً وتطوره ذهنياً هما أمران مترابطان. وفي تجاهل هذه الواقعة الجوهرية يكمن جزء من النزاع بين مؤيدي ما هو فطري وبين أولئك المدافعين عما هو مكتسب فيما يتعلق بالتطور الذهني عند الطفل، ومن النادر ان يفضي للتطور أو النمو العاطفي المضطرب الى ارساء تطور ذهني طبيعي ودافئ، يسمح بترسيخ مجموعة من التطورات النفسية، وليس هناك فاصل ابداً بين الجانبين العاطفي والذهني عند الطفل. أما رسوخ قواعده الشخصية المستقبلية فإنه يأتي مع العنيتين الأولى والثانية من الحياة، إن كل شيء هنا متعاوض وفاعل: هدوء الأم، وتفهمها، وانفعالاتها، والطريقة التي يتلقى بها الطفل الاحتجاج والتأنيب، وأيضاً صراخه، وبكاؤه، وحب

الأبوين لبعضهما، والود الذي يعيشه الطفل، وحرارة الشخصيات المحيطة به، وحضورهم، والصلابة التي يبديونها حياله، ولقوة التي يلقونها لهذا الرجل الصغير الجديد. انه في هذه العلاقة المتبادلة بين الطفل ومحيطه، تتنصب أسس شخصيته.

### وثوبه الحيوي

يلزم المزيد من الوقت كي يشعر الأبوان جيداً ويفهما أن الطفل كائن ضعيف وفي غاية القوة في الوقت نفسه، ولا يعوزه سوى النمو بصلابة ان مكانه مما هو بحاجة اليه: الغذاء، وأسس الصحة، والجو العاطفي، ان في كيانه قوة ووثوباً رائعين، هما قوة ووثوب الحياة بعينها. إنه بحاجة للغذاء، والحماية والرعاية، والتمتع بالتحريض الذهني، ولكنه ليس بحاجة الى التحريض البدني، ففي كيانه من ذلك ما يكفي، يجب ان تكون هذه الفكرة عون الأم في قهر القلق الذي لا بد وأن تكابده مع طفلها الأول، وهو القلق الذي تخف حدته كلما ازدادت خبرتها واتسع نطاقها. ولا سيما مع الطفل الثاني، والثالث وربما الرابع، وستجد نفسها أخيراً في راحة كبيرة من أمرها وهي تجد طفلها ينمو بوثوبه الحيوي الكامن فيه. ان الطفل الصغير هو كائن يكبر ويتطور بسرعة، ويتم بمسلسلة من الاندفاعات التي تحرضه على تلبية حاجاته وتمتعه: الأكل حتى الشبع، والشرب حتى الارتواء، والبحث عن الدفء، والتماس البدني مع الأم، والابتعاد عن الأكم، والشعور بالراحة، والرضاعة أو المص. وستمنحه أمه وسائل لشباع كل هذه الحاجات، وتجنبه ما ليس بحاجته. وضمن هذا الأداء، بين طلب واستجابة دائمين، تتعقد شيئاً فشيئاً روابطها معه،



ولتكن الأم على ثقة بغريزة أمومتها، كي تشعر على نحو افضل بحاجاته، فتجمل لها خير استجابة.

### دور الأم:

كانت للتصورات، منذ سنوات خمس خلت، مختلفة عما هي عليه الآن، وبدأ دور الأم يتضح أكثر بالنسبة لتطور الطفل، انها ليست فقط تلك التي تعتني وتطعم، وتهدهد، وتواسي، وتهدي، وتبتسم، وتتكلم، وتلاعب وتداعب، انها كل ذلك وأكثر، إن الطفل، طفلك ايها الأم ليس بعد كائناً مستقلاً بذاته، وعلى الرغم من تسلحه بكل ما خلق به ومن أنه كائن له فرديته وشخصيته الخاصة به، فإنه بدونك لا شيء، ولا يمكنه العيش. انه في الوقت نفسه مستقل، وذاتي الكيان، وخاص، ولكنه لا يعيش بمفرده، وغير قادر على البقاء بذاته من خلال ذاته، لقد تم التعمق في هذا المفهوم شيئاً فشيئاً حول تبعية الوليد الرضيع لأمه، التي مستكون بشخصيتها مراحل تطوره. إنه اكتشاف حديث. ان طفلك حساس إزاء كل شيء، قبالة عذوبة صوتك وحرارتهم وحنان صدرك، وابتناسمة عينيك، وحب أناملك وهي تداعبه، إن الوليد ومن ثم الرضيع، على اتصال مباشر مع لا شعور الأم. وهو ليس بحساس إزاء ظاهرها وملامحها الخارجية، بل إزاء شخصيتها الحقيقية، الفعلية والعميقة، المكونة من كل عناصرها. إن الأم، في مظهرها الخارجي، هادئة الأعصاب، وغير متوترة، الا انها في الحقيقة قلقة من أعماقها، ومضطربة، ومهمومة، وفي قلبها خوف دائم إزاء طفلها. انها في خشية من كل شيء، حتى لو تصورت انها ليست كذلك. ويبدو هذا القلق في كل سلوكياتها، وجميع تصرفاتها

وحركاتها، وهو الذي يدفعها أثناء الليل للتوجه نحو سرير طفلها كي تنتصت إلى نفسه، متسائلة إن كان كل شيء فيه على ما يرام، إن قلق الأم الأسابيع الأولى، ولا سيما لزام أول ولید، هو أمر عادي، وينتاب جميع النساء، جميع الأمهات، إلا أن هذا الدور الرائع للأم التي تكون طفلها وتكيفه، وفقاً لجنس الوليد، انطلاقاً من طفولتها هي ونوعية العلاقات التي كانت تربطها بأبيها ولها أثناء ذلك، وحسب تسلسل موقعه في الأسرة، لا يبدأ إلا بعد الولادة، وليست الطريقة التي تتلقى بها الأم هذا الطفل، ورغبة أمومتها، وشعورها بمساعدة النفس وهئولها بعد ولادته، سوى نقطة الانطلاق لعلاقتها معه.

لم يكن الأطباء، منذ سنوات مضت، يجرؤون على التأكيد، بالقوة التي هي عليها اليوم، بأن الأمهات هن اللواتي يكون الأطفال، وإن طباعهم المستقبلية ستتأثر إلى حد كبير بالمعطيات الشخصية للفطرية، المجهولة بعد، وبالعلاقات التي كانت تربطهم بأمهاتهم، ولكن يجب ألا يكون ذلك مدعاة لإثارة هواجس الأم، نظراً لهذه المسؤولية الملقاة على عاتقها، أو خوفها وارتياحها بجدارتها، ذلك أن طريقة عيشها تتعلق أيضاً إلى حد كبير، بظروف حياتها وعلاقاتها بمحيطها. ينبغي أن يقودها هذا الأمر، أولاً وبشكل خاص، إلى أن تتقبل ذاتها كما هي، لأن في توازنها سيجد الطفل ما يرتبط ويتعلق به، إن للكبار طباعهم المستقبلية ستتأثر إلى حد كبير بالمعطيات الشخصية للفطرية، المجهولة بعد، وبالعلاقات التي كانت تربطهم بأمهاتهم، ولكن يجب ألا يكون مدعاة لإثارة هواجس الأم، نظراً لهذه المسؤولية الملقاة على عاتقها، أو خوفها وارتياحها بجدارتها، ذلك أن طريقة عيشها

تتعلق أيضاً إلى حد كبير، بظروف حياتها وعلاقاتها بمحيطها. ينبغي أن يفوردها هذا الأمر، أولاً وبشكل خاص إلى أن تتقبل ذاتها كما هي، لأن في توازنها سيجد الطفل ما يرتبط ويتعلق به. إن للكبار طباعهم، وشخصياتهم التي تكونت، وليس بالإمكان فعل الكثير لإعادة تكوين الذات بغية تربية الطفل انهم كما هم. المهم هو الشعور بالرضا، والتوازن، وبهجة الحياة، والمساعدة الداخلية .

#### دور الأب - الآباء الجند

كيف تأتي الرجل غريزة الأبوة؟ بالتأكيد ليس فجأة. انها تأتي على نحو أصعب وأكثر بطءاً بالمقارنة مع غريزة الأمومة. وستكون مواقف الآباء ازاء الأطفال الصغر متباينة ومتغيرة، الا أنه على الرغم من أن الأب يلعب دوراً ما بالنسبة للطفل الصغير، فإن هذا الصغير يبقى بشكل مطلق تقريباً بأيدي النساء: الأمهات والجندات. إن الكثيرين من الرجال، ان شعوراً بالتأثر ازاء ضعف هذا الكائن الجديد، تؤلمهم معاناة الاعتماد على بعض الأمور، كأن يستأثر الصغير بالزوجة، التي تصب كل اهتمامه نحوه، أو أن تكون متعبة أحياناً، وأن تتغير طباعها. فيما بعد، يبدو الصغير متمسكاً أحياناً، وييدي جميع الرجال نوعاً من النفور ازاء شؤون تنظيف الصغير، ويتركون هذا الأمر كلية ودائماً. إن أكثر الآباء لطفاً وعناية هو ذلك الذي يتناول الصغير، ويقدم له زجاجته مرة أو مرتين في اليوم، ويستيقظ ليلاً ليهدي طفله الباكى كي يفر على زوجته جهداً إضافياً، ولكن سرعان ما نجده يراجع حالما "يعملها" الطفل، ويتألف ويشمئز ان اضطر لتنظيفه، وهو في كل الأحيان يترك الأمر لزوجته. هذا ما يلاحظ دائماً، وكم هي نادرة

الحالات التي نرى فيها الأب مرافقاً للأُم في مشوارها إلى الطبيب، مصطحبة الصغير وربما أخاه معاً إلى العيادة، وعندما يحدث ذلك، ربما لأن السيارة موجودة، نجده داخل العيادة في ضجر وعجلة من أمره، لا شك في أن هذا الموقف ينطوي على الكثير من اللامبالاة، أو على الأقل، يعتقد الزوج هنا أن هذا الدور ليس له، هو الرجل، الذي ليس من المناسب أن يشارك في قضايا تتعلق بأطفال صغار. إلى هؤلاء الآباء ينبغي أن نقول إن في تصرفاتكم هذا خطأ جسيماً، إن للطفل أبوين ولا تكتمل تنشئته إلا بهما، وليس نقاش طبيبه بشأنه موضوعاً صبيانياً وثائوياً. إلا أن دور الأب الأهم، خلال الأثمر الأولي، يتمثل في الاستمتاع بامتلاك هذا الطفل، وفي محبته لزوجته هذا الحب المتكامل عبر الدور الجديد، لهذا العطاء الرباني الذي حملته هي، كما يتجسد في مساعدته لها في كل شأن ممكن. ليس للزواج هو المؤشر إلى تخطي مرحلة في عمر الشباب، بل الطفل الأول، لأن الحياة تكون قد دخلت في منعطف جديد، في ظل المسؤوليات الجديدة، والالتزامات التي يفرضها الطفل، وسيأخذ الأب سريماً بعين الاعتبار المكانة التي يحتلها في حياة الطفل، عندما يختفي هذا الصغير به مساءً، بعد بلوغه من السبعة أو ثمانية أشهر، وينتظر عودته إلى هذه اللحظات المتميزة التي يقضيها فوق ركبتيه لاعباً ولاهياً، ولقد ظهر في السنوات الأخيرة، عبر الكثير من أنحاء ومناطق العالم، أن الآباء الجدد أخذوا يضطلعون بمسؤولياتهم إزاء الطفل الصغير، من عناية ونظافة وتربية وزيارة إلى العيادات، جنباً إلى جنب مع الأم. في الواقع، إن النهاية السعيدة لكل زواج جديد وزوجين شابين تتمثل في امتلاك الأطفال، ومن ثم تربيتهم ورعايتهم، وتقاسم مسؤوليتهم على قدم المساواة، ويداً بيد،

وشتننا لم أبينا، متبقى الأمرة في جميع الظروف السند الداعم الأكبر أماناً للرجل والمرأة.

التحدث إليه:

إن من شأن التحدث إلى الطفل أن يحقق له تلك "البركة اللغوية" التي سينتطور فيها وينمي من خلالها لغته هو. فلتتحدث الأم إلى طفلها منذ الولادة، وفي الواقع، إن الأم تقود بذلك غريزياً، عندما تهدده، وتغير ثيابه، وتمنحه ثديها، وحينما يبكي ويبنو متألماً، وأثناء تولده في حضنها وبين ذراعيها، وستأخذ الأم بعين الاعتبار، سريعاً جداً، أن عذوبة صوتها وموسيقاه تهنئانه وتريحانه وتطمئنانه، وأن بوسع طفلها، في الأسبوع الثالث مثلاً، أن يبقى متنبهاً لفترة طويلة من الوقت، بعينين مغموصتين، وأننين متيقظتين إزاء رنة صوتها، ناظراً إلى وجهها بثبات، وجاهزاً لرسم ابتسامة، ستكون لها وحدها في وقت لاحق. وفيما بعد، نحو الشهر الرابع أو الخامس، عندما تضعه نصف جالس إلى جانبها، في المطبخ أو الغرفة، سيتوجب على الأم أن تتحدث إليه في غالب الوقت، ولا بأس في أن يكون الحديث حول ما تقوم به، ولكن ينبغي ألا تفرقه فسي موجات من الكلمات، فليس ذلك ما ينشده، إن الأطفال الذي تتكلم لهاتهم كثيراً وطيلة الوقت لا يستمعون للتعبير عن أنفسهم الا قليلاً، وقد يصبحون صموتين، يجب أن يتوفر للطفل وقت يعبر فيه عن نفسه. وعندما يصبح في سن ستة أشهر أو ثمانية أشهر، يشرع في الثغثة، وجميل أن تتخبط الأم معه حينذاك في حوار، فتتحدث إليه، ويجيبها، وهو يستطيع أن يمارس ذلك لفترة طويلة من الوقت، وإن يروي مبتسماً.

ومن المستحسن أن يكون حديثها إليه هادئاً، ولطيفاً ومريحاً وفي الحقيقة ليس بوسع الأم أن تكون إلا لذلك. وفي وقت لاحق عندما يهرع إلى نشاطه. و"عبثه"، وطلبه الدائم لانتباهها، سيكون مصدر إثارة لأعصابها أحياناً، وقد تشرع بالصراخ أو الحديث إليه بصوت قوي يدل على نفاذ صبرها واضطرابها، ينبغي تجنب ذلك، غالباً على الأقل، أن الحديث إلى الطفل في صغره يعني ترسيخ الصلة معه منذ بداية عمره، ثم تتطور وتتسع.

## (( عصبية الأطفال ٠٠ أسبابها ٠٠٠ وعلاجها ))

مرت الطفولة - في الماضي - بعصور أسيئت فيها معاملة الأطفال ٠٠٠ وأسيء الظن بطبيعتهم ونواياهم ٠٠٠ واعتبرت القوة والتخويف وسيلة لتربيتهم ٠٠ ولكن ثبت خطأ هذا علمياً ٠٠ ذلك ان الطفولة السعيدة، تعني أنهم مسوف يكونون في المستقبل شباباً يتمتع بالصحة النفسية والبدنية والسعادة. ولما كان لكل طفل شخصية مختلفة وللبعض منهم عصبية، قد تكون نتيجة مرض عضوي، أو مكتسبة من أحد الوالدين، أو من المحيط به ٠٠ كان هذا التحقيق للوقوف على أهم أسباب وأعراض عصبية الأطفال وعلاجها.

### • الأطفال شخصيات متباينة

من الأطفال من يميل الى الهدوء والعزلة وعدم الاختلاط وتحاشي العلاقات الاجتماعية، ومنهم من يتميز عن أقرانه بالنشاط والميل الى المشاركة في النشاطات والأعمال ٠٠ ومنهم من يتسم بالانفعال والتغيير والشعور الرقيق والمهارة والحركة والذكاء، ومنهم أيضاً من يتصف بالعصبية وسهولة الاستثارة والغضب وعدم الاستقرار، وقد تجتمع هذه السمات كلها في طفل واحد، فنجده يتقلب بينها الا ان هناك بعض الأطفال يتسمون بعدم الاستقرار بصورة بارزة، وتظهر عليهم بعض الأعراض العصبية الواضحة على هيئة حركة لا شعورية تلقائية غير ارادية، تتمثل في قرص الأظافر ، أو رمش العين، أو هز الكتف مسن وقت لآخر، أو تحريك الرأس جانباً، أو مص الأصابع، أو عض الأقلام، أو مداومة اللعب في شعره. أو حك فروة الرأس لدرجة احداث جروح فيها أو غير ذلك من

الحركات التي نقرها البيئة الاجتماعية، وتتهرء الأم بسببها، ولكن دون جدوى. وهذه الحركات عصبية لا ارادية، ترجع الى التوتر الشديد الذي يعاني منه الطفل، مما يؤدي الى توتر الجهاز العصبي فيحاول الطفل التخلص من هذا التوتر بهذه الحركات بصفة متتابة، وبطريقة تسلطية قهرية لا ارادية. فلأسرة تأثير بالغ الأهمية في حياة الطفل، خاصة في سنواته الأولى، فمثلاً نوع العلاقات السائدة في الأسرة بين الأبوين، وبينهما وبين الأطفال قد تؤثر في سلوك الطفل. فهو يتفاعل مع مجتمع الأسرة أكثر من تفاعله مع أي مجتمع آخر، ولا يفصل في مشاعره عن أسرته. ويكون الطفل فكرته عن نفسه، أي عن ذاته في بادئ الأمر من علاقته بالأسرة، فقد يرى نفسه محبوباً، أو مرغوباً فيه، أو منبوذاً، أو كفاءاً أو غيرها. ومن ثم ينشأ راضياً عن نفسه، أو نافراً منها، أو ساخطاً عليها، وغير واثق فيها، فتسود حياته النفسية التوترات والصراعات التي تنتم بمشاعر الضيق والعصبية وبمشاعر الذنب والقلق والنقص والرتاء للذات والاكتئاب والضرر. ويرى بعض العلماء أن أهم أسباب عصبية الأطفال وقلقهم النفسي، يرجع الى الشعور بالعجز، أو بالعزلة، كنتيجة لحرمانهم من الدفء العاطفي في الأسرة، وعدم إشباع الحاجة الى الشعور بالحب والقبول، وكذلك الى سيطرة الآباء، وتفرقتهم للأطفال، وحرمانهم من الحاجات الضرورية.

#### • أهم أعراض عصبية الأطفال:

تعدام الاستقرار، الحركات العصبية، وإحلام اليقظة، والثورة والغضب لأقل سبب، والتشنجات العصبية، الهستيرية غير الصرعية، وعض أخواته أو من



يتشاجر معهم. وهناك عوامل أخرى، وأمراض جسمانية قد تسبب عدم استقرار الطفل وعصبيته، منها: اضطرابات الغدد الدرقية، وازدياد افرازاتها عن الحد الطبيعي، وسوء الهضم، والزوائد الأنفية، واللوز، والاصابة بالديدان ومرض الصرع. ولذا ينبغي قبل أن نقرر أن أسباب عصبية الطفل نفسية، لا بد من التأكيد أولاً من خلوه من الأمراض العضوية، فإذا ثبت أنه سليم جسمانياً فإن الأسباب تكون نتيجة عن البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها. وأحياناً تكون الأسباب مزدوجة، أي صحية (جسمية) ونفسية معاً.

## (( الخوف وعدم الثقة عند الأطفال ))

الخوف حالة انفعالية طبيعية يحسها ويشعر بها كل الكائنات الحية في بعض المواقف ... ويظهر الخوف في أشكال متعددة ، ودرجات متفاوتة تتراوح بين الحذر والهلع والرعب .. وكلما كانت درجة الخوف في الحدود الطبيعية كان الإنسان سويًا يتمتع بالصحة النفسية ويمكنه أن يسيطر على مخاوفه بعقله . أما إذا كانت درجة الخوف كبيرة ، بتعذر معها السيطرة على العقل والمنطق فإن الفرد يعاني من الاضطراب أو المرض النفسي .. أو أنه يملك سلوكًا شاذًا يهدف البعد عن المصدر ، أو المصادر التي يخاف منها ، أو تهدد حياته بالخطر . وقد أثبت العلم أن المرض النفسي وكذلك العقلي ، تمتد جذورها إلى فترة الطفولة وأنه لها صحة نفسية ، بدون طفولة سليمة ، سعيدة ، آمنة .

فالسنوات الأولى في حياة الفرد ، هي أهم فترة في حياته ، بل هي الدعامة الأساسية التي تقوم عليها حياته النفسية والاجتماعية .. والتي منها يتقرر ما إذا كان سينشأ هذا الطفل على درجة معقولة من الأمن والطمأنينة .. أو أنه سيعاني من القلق النفسي .. فأى خبرة نفسية وجدانية مخيفة يصادفها الإنسان في طفولته تسجل في نفسه ، وتظل هائمة فيها ، وقد يستعيد لها شعورًا في كبره فيشعر بالخوف وقد يسقط مشاعرًا على المواقف المشابهة فيخاف . وإذا كان الخوف بالدرجة المعقولة .. استعدادًا فطريًا ، زود الله به الإنسان ليحمي نفسه وليباعد حذرًا من مخاطر الحياة .. فإن الطفولة مرت بحقبة مريرة من تاريخ الإنسانية ، حيث أسيئت فيها معاملة الأطفال ، واعتبرت القسوة عليهم رادعًا للشر في نفوسهم .. والتخويف زاجرًا لهم عن ارتكاب الأفعال غير السوية أو الانحراف ... ولكن العلم أثبت خطأ هذه المعتقدات ، وأظهر أهمية فترة الطفولة وأهمية شعور الطفل بالأمن والطمأنينة .

## مثيرات للخوف :

الأصوات العالية من أهم المثيرات للخوف في الطفولة المبكرة .. أي في السنة الأولى ، وخصوصا عندما تكون الأم بعيدة عنه . وتزداد مثيرات الخوف بتقدم نمو الطفل ... وبالتالي يختلف نوعها . ففي السنة الأولى وحتى الخامسة ، قد يفزع الطفل من الأماكن الغريبة الشاذة، أو من الوقوع من مكان مرتفع أو من الغرباء. ويخاف من المواقف المتكررة المؤلمة التي مر بها في حياته كالعلاج الطبي مثلا ، أو إجراء عملية جراحية ... كما أنه يخاف مما يخاف منه الكبار ممن حوله في البيئة لأنه يقلدهم ... أي أن الطفل يتأثر لدرجة كبيرة بمخاوف المحيطين به ، سواء كانت واقعية أو وهمية أو طرافية .

## \* الآباء ... مسؤولون :

### - دور الآباء في إثارة للمخاوف لدى الأطفال :

يعلق كثير من الآباء آمالا كبيرة على أبنائهم فيميلون إلى التفاضر بصفاتهم أمامهم بل إن كثيرا منهم يلبى أن يشعر ابنه بالخوف خشية أن يشب على هذه العادة.. ومثل هؤلاء الآباء غير واقعيين. حيث ينظرون إلى مخاوف أطفالهم على أنها تصور في الإدراك من الطفل، وبذلك يقمعون انفعالات أبنائهم .. وهذه الأساليب لا تستأصل الخوف عند الأطفال بل تزيد من مخاوفهم وتعدّد شخصياتهم. وهؤلاء الآباء عاجزون عن فهم سيكولوجية الطفل ومشاعره ومخاوفه الطبيعية ... وقد نموا أنهم مروا بنفس الانفعالات في الطفولة. وفي الواقع، إن الخوف هو أكثر الانفعالات التي يتعرض لها الطفل في السنوات الأولى من عمره .. وقد يلجأ البعض من الآباء كوسيلة لعلاج خوف الطفل إلى المنخبة منه ... أو إثارة لأفراد

العائلة الضحك عليه بسبب مخاوفه وربما يتخذ بعض الأخوة هذه المخاوف للتسلية، فتتعدّد شخصية الطفل، كما تسوء علاقته بوالديه وبأفراد الأسرة جميعاً . كما قد يلجأ البعض إلى فرض سيطرتهم المطلقة على الأطفال بإثارة الخوف في نفوسهم ، كما يخيفونهم من الطبيب أو الحقنة مثلاً... وهذه كلها أمور غير سوية في سلوكيات الطفل.

### للخوف أنواع :

انكر بداية أن عدم الخوف لطفل ما من الحالات النادرة للغاية .. ذلك لأن قلة عدم الخوف ترجع عادة إلى الإدراك كما هو الحال في ضعاف العقول ، الذين لا يدركون مواقف الخطر أو الضرر ... فقد يمسك البالغ ضعيف العقل ثعباناً أو يضع نفسه في مكان يصيبه بالضرر وذلك لعدم تقديره هذه المواقف، كما أن الطفل الصغير رغم ذكائه قد يقدم على ثعبان ظناً منه أنه لعبة يمكنه أن يتسلّى بها، غير مدرك للضرر الذي قد يلحقه منه .. ولكن هذا الطفل يستجيب بانفعال الخوف لنفس المواقف في سن الخامسة أو السادسة مثلاً. وعلى هذا فإننا نفرق بين الخوف العادي والخوف المرضي عند الطفل. فالخوف العادي ... شعور طبيعي يحسه كل إنسان سواء كان طفلاً أو بالغاً ، حيث يخاف مما يخيف أغلب الأطفال في سنه إن كان طفلاً .... وكذلك في البالغين .. كان يخاف من حيوان مفترس يقترب منه فيشعر بالخوف والقلق على حياته ومن ثم يسلك سلوكاً ضرورياً للمحافظة على حياته الا وهو الهرب من الخوف الحقيقي . أما الخوف المرضي، فهو خوف شاذ ومبالغ فيه ومتكرر، أو شبه دائم، مما لا يخيف أغلب ممن في مثل سن الطفل .... وقد يكون الخوف عاماً ، غير محدد ، أو وهمياً ....

إلى غير ذلك من أنواع الخوف عند الأطفال .

الخوف المحسوس وغير المحسوس :

- المخاوف الأكثر شيوعا بين الأطفال :

هناك مخاوف شائعة جدا بين الأطفال... وهي المخاوف المحسوسة، والتيسي لها مصادر حقيقية واقعية ومحددة ، يلمسها الآباء في أطفالهم بسهولة ، لأنهم يعبرون عنها بوضوح ..كالخوف من :- الشرطي - الطبيب - المدرسة - بعض الحيوانات - للظلام- طلقات المدافع - البرق - الأماكن العالية - النار - الثعابين - والحشرات. وهناك بعض الأطفال يخافون من السفر بالقطار أو الباخرة لأول مرة .. ومنهم من يخاف من الزكام / أو المرض ، أو غير ذلك. وعادة ما يخاف الطفل من الأماكن غير المألوفة ومن الأشياء الغريبة والمثادة والجديدة عليه ، لأن الجديد ما هو إلا مثير مفاجئ لم يتعلمه الطفل، ولم يستعد للاستجابة له. أما المخاوف غير المحسوسة فهي تلك التي تكون محددة المصادر أيضا ، كالخوف من الموت أو من الغول....الخ .

لماذا يخاف بعض الصغار ؟

الخوف لا يخلق في الإنسان ، ولا يولد به، نحن للذين نغرسه في نفوس أطفالنا وكان من الممكن ان يكونوا أكثر شجاعة وجراة وأكثر حرية في التفكير ، وبالتالي أقل عرضه للاضطرابات النفسية والعقلية ولست افهم لماذا يصير الآباء والأمهات على زرع لكبر قدر من الخوف والفزع في نفوس أطفالهم منذ البداية .. والطفل يبدأ خوفة من خلال الجهاز السمعي فيفزع وقد يبكي حين يسمع صوتا عاليا، فيخاف الطفل من الوجوه غير المألوفة لديه أو الوجوه المتجهمة في وجهه.

وأيضاً امت أفهم لماذا تبدو وجوهنا ضخمة في أكثر الأحوال أمام أطفالنا فنزوع الخوف في نفوسهم ولا نعلمهم حلاوة الأيام ؟ لماذا لا يرى الطفل كل الوجوه حوله مبتسمة فيظل دائماً مبتسماً مطمئناً .. وينمو الطفل فيندرك الأشياء أكثر وتتحرك فيه غريزة حب الاستطلاع بكل شيء حوله ليتعلم وينمو عقله وتنهال إبدينا الغليظة حيث تصد شيئاً فيبكي ويفزع ويخاف ... وبالتالي نقف في وجه أعظم غريزة ، وهي استكشاف واستطلاع الأشياء حوله . ويبدأ عقله يعمل فيسأل عن كل شيء وتفجر به وتتهرر لكي يكف عن مضايقتنا بأسئلته ، وقد يكون السؤال متعلقاً بالجنس فننهال بقسوة عليه لكي لا يعاود مثل هذه الأسئلة وبالتالي ينكمش عقله .. فتظهر عنده عقدة الخوف .. لأنه كان يضرب حين يفكر أو حين يسأل ... ونعلمه دائماً الخطأ والصواب من خلال العقاب ... من خلال الخوف ولا نترك له حرية عقله في التساؤل والتفاهم والافتقار . وبالتالي نستطيع أن نؤكد أن خوف الأطفال مصدره الرئيسي الآباء والأمهات وهناك تجربة مشهورة في علم النفس تؤكد هذا المعنى ... جاءوا بطفل لم ير من قبل الفئران البيضاء وأجلموه معها ، فبدأ يلعب معها وهو سعيد مطمئن .. وأثناء ذلك اصدروا صوتاً مفزعاً في الحجرة فبدأ الطفل يخاف من الفئران البيضاء ومع تكرار الصوت المفزع بدأ الطفل يحس بخوف متكرر حينما يرى أي حيوان لبيض اللون وهذا يؤكد أننا نزرع الخوف بأبدينا وبنفس أسلوب الآباء والأمهات يكون أسلوب المدرس أو المدرسة . وهذا هو السبب في أن كثيراً من أطفالنا يكرهون الذهاب إلى المدرسة وقد يستمر معهم هذا الإحساس . فإذا أردنا أن نخلق جيلاً صحيحاً سليماً شجاعاً فيجب أن نعلم أبناءنا الحب والاطمئنان والشجاعة .

## (( لماذا يكذب الأطفال ؟ ))

للکذب تأثير قوي على الناحية النفسية .. وهو شائع بين أطفالنا ... فلماذا يكذبون ؟ وهل كل طفل كذاب يسرق أو يعتدي على ممتلكات الغير ؟ .. وهل الكذب والسرقة والغش كلها صفة تشترك في سلوك واحد .. هو عدم الأمانة .. وهل الأمانة في القول .. كالأمانة نحو ممتلكات الغير ؟

الکذب .. سلوك مكتسب : لا يولد الأطفال صادقين .. ولكنهم يتعلمون الصدق والأمانة شيئاً فشيئاً من البيئة، إذا كان المحيطون بهم يراعون الصدق في أقوالهم وأعمالهم ووعودهم، أما إذا نشأ الطفل في بيئة تتصف بالخداع وعدم المصارحة، ولتشكك في صدق الآخرين فأغلب الظن أن الطفل سيتعلم نفس هذه الاتجاهات السلوكية والأساليب في مواجهة الحياة وتحقيق أهدافه. والطفل منذ نشأته يستطيع بمهارة أن يفرق بين الصدق والكذب. ففي مقدوره تماماً أن يفرق بين ما هو صادق وما هو كاذب خصوصاً فيما يتعلق بالأمور والرغبات الخاصة به. فالطفل الذي يعيش في وسط لا يساعد على تكون اتجاه الصدق والتدريب عليه يسهل عليه الكذب ، خصوصاً إذا كان يتمتع بالقدرة الكلامية ولباقة اللسان وخصب الخيال فهو يقلد من حوله ويجدهم لا يصدقون القول ويلجأون إلى الطرق الملتوية، وانتحال المعاذير الوهمية... فيتدرب على ذلك منذ طفولته... وعلى هذا فإن الكذب صفة أو سلوك مكتسب بتعلمه الطفل كما يتعلم الصدق إذن هو ليس صفة فطرية، أو سلوكاً موروثاً. والکذب - عادة - عرض ظاهري وقوى نفسية تجيش في نفس الفرد سواء كان طفلاً أو بالغاً.. وقد يظهر الكذب بجانب الأعراض

الأخرى كالسرقة أو شدة الحساسية والعصبية ، أو الخوف أو غير ذلك .

وعن الأساليب الخاطئة التي يتبعها الآباء تجاه الأبناء .. قال :

يلجأ بعض الآباء إلى الزج بأبنائهم في مواقف يضطرون فيها للكذب .. وهذا أمر يتفق مع أصول التربية السليمة .. كان يطلب من الابن أن يجيب السائل عن أبيه بأنه غير موجود .. أو يقول كذبا لمن يطرق باب المنزل بأن الأب أو الأخ غير موجود ولم يحضر بعد ... أو ما شابه ذلك . يشعر الطفل في هذه المواقف بأنه أرغم على الكذب ، ودرب على أن الكذب أمر مقبول ، وإلا لما لجأ إليه مثله الأعلى (الوالد - الوالدة- الأخ الأكبر) كما أنه يشعر بالظلم عند عقابه على كذبه في أمر من أموره هو .. ويشعر أيضا بقسوة الكبار الذين يستحلون لأنفسهم سلوكا لا يسمحون له . إن بعض الآباء يلجأون إلى المبالغة في تنشئة الطفل على الصدق، فيضيقون عليه في كل صغيرة وكبيرة، وفي كل عبارة يقولها، ويصرون على أن تكون صادقة مائة في المائة ، وفقا لما ينشدون من صدق. وهذا السلوك الصارم لا يفرس في نفس الطفل للصدق ، بل على العكس تماما قد يدفعه على الكذب .. وذلك كمحاولة للظهور بالمظهر الذي يرضي والديه. إن مثل هؤلاء الآباء ينسون أن كل طفل لابد أن يمر في حياته بفترة يكذب فيها ويلفق بما قد يوحى له خياله ، قبل أن يصل في طريقه الشاق الطويل إلى مرحلة الصدق كما أنه من النادر أن نجد طفلا كاملا فيه صفة للصدق منذ طفولته. إن سن الطفل تعتبر عاملا مهما عند تقرير خطورة أو عدم خطورة ميله إلى الكذب فالطفل مثلا في سن الرابعة قد يلفق قصة من نسيج خياله الواسع وهذه لا يمكن أن



نعتبرها كذبا بالمعنى المتعارف عليه عند البالغين.. فالطفل في مراحل نموه الاولى تختلط في ذهنه الأفكار ولا يفرق بين الصحيح، وغير الصحيح ... كما أن خياله يصور له أفكارا بعيدة عن الواقع والحقيقة... ولكنه يتصور أنه واقع وحقيقة ... ولعل هذا هو سبب شغف الأطفال بسماع القصص الأسطورية من الجدات ... ولذا فإنه يميل إلى القصص الخيالية .. وتأليفه لها وهذا لا يستبر جنوحا أو ميلا إلى الانحراف والكذب المرضي ، بل يدل على أنه لا يزال صغيرا لا يفرق بين الخيال والواقع.

#### الكذب له دوافع

يلجأ الطفل إلى الكذب بسبب معاناته من الشعور بالنقص ، وذلك لتغطية هذا الشعور.ومن أمثلة ذلك أنه يدعي أن عنده لعبا كثيرة وكبيرة جدا بل قد يتخيل شكل لعبه وحجمها غير واقعي.. وقد يدعي أن والده يعمل بمركز مرموق ، وأنه يعمل في مهنة بعيدة كل البعد عن مهنته ، وذلك لمجرد التأخر وتعظيم الذات. وهناك دوافع كثيرة تجعل للطفل يميل إلى الكذب .. فمثلا، قد يكذب الطفل بهدف استدراك العطف، عن طريق التمارض والإدعاء كذبا بالمرض .. أو محاولة إيهام الآخرين أنه مغمى عليه أو أنه تقياً ما أكل.. إلى غير ذلك من الوسائل التي يسيطر بها على البيئة ... ونجد هذه الأساليب عادة في الأطفال الذين لم ينالوا درجة معقولة من العطف من والدين في الطفولة ... أو في الأطفال المنزولين في الصغر .. وتعدت معاملة والدين لهم على أساس أنهم لم يعودوا بعد أطفال كما أن الطفل قد يكذب لإسقاط اللوم على شخصية من يكرهه أو يغار منه .. وهو من

لكثير انواع الكذب خطرا على الصحة النفسية وعلى كيان المجتمع ومبادئه ... لأن الكذب الناتج عن كراهية وحقد هو كذب مع سبق الإصرار ، ويحتاج من الطفل إلى التفكير وتدبير مسبق بقصد إلحاق الضرر والأذى بمن يكرهه .. وعادة يكون هذا السلوك مصحوبا بالتوتر النفسي والألم .. ويكون للكذب في هذه الحالات (نفسيا ) للكرهية المكبوتة في نفسه ضد من يكره .. وقد يكون هذا النوع من الكذب أحد أعراض حالة نفسية مرضية . وقد يحدث هذا النوع من الكذب بين الأخوة في الأسرة الواحدة ، وذلك بسبب التفرقة في المعاملة بينهم ... فالطفل الذي يشعر أن له أخا محظيا عند والديه وأنه منبوذ أو أقل منه قبولا في المنزل قد يلجأ للكذب ويتهمة باتهامات يترتب عليها عقابه أو سوء معاملته. ونفس الشيء قد يحدث بين تلاميذ المدرسة الواحدة نتيجة الغيرة أو ليس له مركز ممتاز بين أقرانه ، أو لتقدم غيره عليه في الدراسة إلى غير ذلك ..

#### ما العلاج إذن ؟؟

ينبغي دراسة كل حالة على حدة وتقصي الباعث الحقيقي والدافع إلى الكذب هل هو كذب يقصد حماية النفس خوفا من عقاب ...أو أن هذا الكذب يرجع إلى خيال الطفل وأحلام يقظته ، أو عدم قدرته على التذكر ...الخ . ومن المهم أيضا ان نتعرف على حقيقة الأمر ... وعما إذا كان الكذب عارضا لم أنه عادة عند الطفل وهل هو بقصد الانتقام والتشفي أو هي بدافع لاشعوري مرضي .

## زوج الأم وزوجة الأب

### كيف يقدمان الحب للصغار الأبرياء؟

من المؤكد أن بناء للشخصية التي تأخذ شكلا من الأشكال السوية أو المرضية يتم في فترة الطفولة وهي الفترة التي يتخللها الحب واللعطاء من جانب المحيطين بالطفل سواء أكانوا الوالدين أو أحد الأكارب أو دور الحضانة أو المربيات أو من يتبنون الطفل ممن لم يرزقوا بأولاد وفي هذه الفترة يتعلم الطفل الحب واساليبه ويتعلم كيف يعطي ويحب في المراحل القادمة في حياته فإذا لم نعطه الحب الكافي والرعاية الكافية فإنه لا يستطيع أن يعطي ويمنح في المستقبل فإن فاقد الشيء لا يعطيه. من هنا نرى أهمية المحيطين بالطفل في فترة نموه فنحن مثلا نعلم كثيرا ومن الأمثال الشائعة بأن زوجة الأب لا تمنح أولاد زوجها الحب والرعاية والاهتمام الكافي في طفولتهم وبالتالي نرى الأطفال ينمون وهم ساخطون على وجودهم في هذه الحياة ولا يستطيعون أن يقوموا بتكوين علاقات أو صداقات، وإذا تمت فهي تقوم على عامل معين وهو الانتقام من المجتمع الممثل في الأصدقاء والذي لم يعطهم شيئا وقد يفسلون في حياتهم ولا يستطيعون مواصلة ما لم يواصلوها أو قد لا يستطيعون التكيف مع البيئة ويصبحون دائمي الصدام والخلاف مع الناس: الزملاء بالمدرسة المدرسون والأصدقاء والرؤساء والمرؤوسين في العمل وقد تنشأ لديهم فيما بعد العقد النفسية وبالتالي الأمراض النفسية وأهمها امراض الاضطرابات الشخصية وهذا كله ينطبق تماما على زوج الام لأنه إنسان غريب على أولاد الأم ولا يستطيع مهما كان صادقا أن يمنحهم ما كان الوالد يمنحهم من رعاية واهتمام.

## (( النحافة والسمنة في الأطفال ))

- بين السادسة والثامنة : نحافة الأطفال طبيعية جداً.
- ماذا يجب أن تفعل الأم عندما يرفض الطفل أن يأكل؟
- غالباً ما تنتظر الأم لطفلها اللذين نظرة إعجاب وفخر واطمئنان، وذلك لاعتقادها الراسخ بأن البدانة علامة حسن التغذية وخلو من المرض ، على نقيض النحافة التي غالباً ما تكون مثار قلق شديد لها .
- والحقيقة ان العكس هو الأقرب الى الصحة والواقع ، فالبدانة في الأطفال تستمر في حوالي أربعة أخماس الحالات حتى الكبر ، بل تزداد مع مرور الزمن وحينذاك يبدأ تأثيرها الضار في الظهور بعكس النحافة - فالأخيرة دائماً تكون مصحوبة بحيوية أكثر وعمر أطول وصحة لجود.

### البدانة في الأطفال

تتشأ البدانة في الطفل كنتيجة مباشرة للإكثار من الغذاء في الشهور الأولى من عمره - ولذا يجب على الأم في هذه السن ان تفرق بين حسن التغذية - وبين الإفراط فيها وما يستتبع ذلك من زيادة مطردة في الوزن. فالإكثار من الغذاء في الشهور الأولى هو العامل الأساسي والخطوة الأولى على طريق البدانة . وتلعب الأطعمة الجاهزة دوراً كبيراً في إحداث البدانة في هذه السن المبكرة ويرجع ذلك لطعمها للمستساغ من جانب الطفل وغالباً ما تتكون هذه الأطعمة من النشويات - ولكن شكراً للطبيعة ، فالطفل مع بداية عامه الثاني يحاول ان يأكل بمفرده ويبدأ

في مقاومة أمه في محاولة تغذيتها له ، وهذا التطور في سلوك الطفل كغفل  
بصحيح وزنه بأخذ ما يكفيه فقط من الطعام - وإذا لم يظهر هذا الاتجاه مسن  
ناحية الطفل لو اذا اصرت الأم على فرض ارادتها على طفلها ، فإن البدانة في  
الطفل تستفحل وتستمر بشكل مطرد، وبعد ذلك تصبح شهية الطفل خاضعة لحكم  
العادة، وحينئذ ينفلت للزمام من بين ايدينا، ويصبح الغذاء بالنسبة للطفل نوعا من  
الإيمان، وجدير بالذكر ان الأطعمة السكرية والنشوية والتي يميل اليها الطفل  
تسهل عملية الإيمان ،وفي مجال تكوين البدانة في الشهور الأولى من العمر يجب  
الا ننسى الارتباط النفسي بين الأم وطفلها الوليد ومدى تأثير ذلك على تغذيتها له،  
فكثير من الأمهات يربطن حبهم لأطفالهن وتغذيتهم لهم وهناك البعض من  
الأمهات غير المستقرات نفسيا واللاتي يخشين شيئا ما في حياتهن الخاصة - نجد  
انهن يحرصن على خلق علاقة لوطد ولوثق بأطفالهن ، طريق ضمهم الى  
صدورهن وتغذيتهم لهم باستمرار. ولكن ما الذي يحدث عندما يكبر الطفل ويصل  
الى سن المدرسة ؟... نجد ان مثل هذا الطفل البدين يفضل الانطواء على نفسه  
ويعزف عن مشاركة اقرانه في النواحي المختلفة للنشاطات المدرسية، ومن ثم تقل  
حركته، الأمر الذي يزيد من وزنه وبذلك يدخل في حلقة مفرغة من الكسل  
والبدانة كل منهم يزيد الآخر. ولعلاج مثل هذه الحالات يجب عمل تنظيم غذائي  
- وليس حرمانا - ودعوة الوالدين لكي يشاركا طفلها في هذا الرجيم خوفاً من  
الضرر الذي يمكن ان يلحق بطفلها في الكبر اذا ما ترك وشأنه. النحافة في  
الأطفال كما اوردت سابقا فغالبا ما تكون النحافة - عكس البدانة - مصدرا لقلق  
شديد للوالدين ، ويكثر تردهما على عيادات الأطباء متلمسين علاجاً لهذه الحالة

التي توشك ان تفسد جو سعادة العام الثاني حينما يحاول الطفل اكتساب خبرات جديدة في حياته . بادئا بمحاولة إطعام نفسه بنفسه - مثل هذه المحاولات دائما وابدأ تكون مصحوبة بانتساخ ملابس الطفل وبعثرة الأكل .. الخ .. الأمر الذي يسبب ضيقا للأم ويجعلها تصر على تغذية طفلها بنفسها ، ومن سوء فهم لطبيعة الطفل ترفض الأم بشدة تلك المحاولات ، وحينئذ يقابل الطفل ذلك بعناد ويرفضه الغذاء ، وقد تذهب الأم إلى ابعاد من ذلك فتحاول استعمال القوة والعنف او المغريات ، وحينما تصل الأم لمثل هذه الأساليب فلتعلم انها الآن على الطريق إلى معركة طويلة مع طفلها سوف تنتهي بانتصاره لا محالة . ولذا يجب ان يعطي الطفل الفرصة لتغذية نفسه بنفسه،هما كان ذلك مثيرا للأم اذ ان يتعلم إلا عن هذا الطريق اما عن العلاج في حالات النحافة - فيجب الا يلوم الطبيب للوالدين على تصرفاتهما إزاء الطفل - اذ انهما يفعلان ذلك لاهتمامهما الزائد بقلدة كبدهما ، ويجب ان تتوقف جميع المحاولات التي تستهدف جعله يقبل على الأكل ... كل ما يجب عمه هو ان يقد الأكل للطفل كالمعتاد ويترك له لفرة معقولة من الوقت ، ويرفع بعد ذلك دون تعليق ، حتى ولو لم يتناول منه شيئا على الإطلاق - إذ لا بد ان يشعر الطفل بعدم اهتمام العائلة بتناوله او عدم تناوله الطعام، ويجب ايضا ان تتوقف تماما تلك النظرات للقلقة والهمسات الحائرة التي يتبادلها الأبوان عندما يجلس الطفل معهما ولا يأكل شيئا - ويجب على الوالدين ان يتقا تماما بأنه مسهما كان عناد الطفل فسوف يأكل يوما ما، ولم ولن يحدث ان يصاب الطفل بأي أذى نتيجة لجرعة طالما كان سليما وليس مريضا .. وهكذا يمكن حل المشكلة .. وهو العمل الذي ينفذ أولا واخيرا عن طريق الآباء والأمهات ...

## (( الحب عند الأطفال ))

أنت - كوالد - تحب طفلك .. وأنت - كوالدة - تحبين طفلك أيضا ، وهو  
لاشك يحبكما ...

ولكن كيف يستمر هذا الحب المتبادل بينكما حتى بعد أن يكبر ويصبح شابا  
ورجلا إن الأمر محتاج إلى مزيد من المعرفة عن تكوين الحب كعاطفة عند الطفل  
منذ ميلاده ..

وحين يصل إلى سن الإدراك .. إن هذه المعرفة تقود للوالدين في علاقتهما  
بالابن إلى بر الأمان .. فكيف يحب الطفل ؟

الحقيقة ان الطفل في سنواته الثلاث الأولى مخلوق فطري .. متواضع في  
طلباته يتجاوب تجاوبا مباشرا لكل من يحبه ... ويهدد ، ويشبع رغباته: الغذاء  
والراحة والتنزه ولكن بعد ذلك تتطور الصورة .. بعد الثالثة أو الرابعة عندما  
يزداد تعلق الصغير بوالدته وتزداد رغبته في الاستحواذ عليها ، ويدرك أنها  
تنتمي إلى والده ، يشعر بمشاعر الغيرة والعداء .. غير أنه بعقلية الطفل يتوهم أن  
أباه يعرف كل شيء عن شعوره بالمنافسة معه في حب والدته .. وأن أباه أيضا  
يبادل له شعورا عدائيا ... ومن شأن هذا كله أن يفزعه .. فهو من ناحية يدرك ان  
أباه يفوقه كثيرا في الحجم والقدرات وهو من ناحية أخرى يحب أباه جدا. ولذلك  
يحسن جدا ألا يحاول الوالدان إثارة غيظ أطفالهم .. بتعمد إظهار الحب المتبادل

## الحب والتربية ١.

لواقع أن الوالدين حينما يحسان بهذا التوتر لدى الطفل وحين يعلمان مسببه، فان بعضهم يحاول ان يكتفي بأن يكون صديقاً له فقط.. يلي كل رغبته، ويتجنب القيام بدوره في تأديبه وتهذيبه .. كما أن الأم قد يراودها هذا التفكير ذاته. ولكن هذا السلوك من جانب الوالدين يترك عند الطفل شعوراً بالشك في سلامة سلوكه ، ويزيد إحساسه بالخوف والتوجس من والده إذا حدث وانفجر غاضباً في يوم من الأيام. ولعل اقرب مثل على ذلك عندما تكون انت نفسك تحسنت رئاسة معلم بالمدرسة وقد اعتاد ان يكبت شعوره بالغضب نحوك ، فان مثل هذا الشعور يعقبك فيك قلقاً أو اضطراباً اشد مما لو كان هذا المعلم من النوع المعقول الذي يغضب للنشء المعقول ثم يهدأ غضبه بعد ذلك .. لما الأب الواثق من نفسه ومن حب ابنه له، فإنه لا يتردد في معاقبته إذا أخطأ... وهنا يدرك الطفل ادراكاً واضحاً ، سليماً .. فضلاً عن ان صفاء الجو بينه وبين أبيه بعد لحظات العقاب والحزم يبعث في نفسه شعوراً بالارتياح بعد ان مرت التجربة بنجاح، والأزمة بسلام.. فليس الحب هو التقصير في تربية الطفل ، وعدم معاقبته خوفاً من غضبه . فالطفل ، وعدم معاقبته خوفاً من غضبه .. فالطفل يعرف بفريزته متى أخطأ ، ومتى يجب أن يتوقع العقاب ...

## مشاعر الطفل والوالدين ١.

وفي هذه المرحلة نرى ان غالبية الصبيان يتابعون عن مهماتهم بعد سن السادسة ، ويصبحون أقل استعداداً لتلقي اللبالات منهم .. ثم هم يرفضون هذه



القبليات تماما في النهاية.. فما السبب في ذلك ؟ ولعل هذا التحرر من أوله والتعلق بالوالدين في هذه السن هو الذي يطلق عقله ويحرره ، ويهيئه للدراسة .. وإلا فما هو السبب الذي جعل أنسب سن للدراسة الحقيقية عند الطفل هي سن السادسة . وكما تتغير مشاعر الطفل في هذه المرحلة نحو أمه فإنها تتغير نحو أبيه أيضا ..

**نظام النمو العاطفي ١.**

ولكننا عند تعمقنا في دراسة أحاسيس طفل في هذه السن ، فإننا نراه وقد استطاع الى حد كبير تقمص شخصية والده .. وهو منذ هذا الوقت سوف يكون مستعدا للتعلم من أبيه ومن غير أبيه ، ولكن بأسلوب الند للند وقد يكتشف هذه المرحلة مصاعب كثيرة .. هذه المصاعب تأخذ شكل : عناد وفوضى من جانب الطفل .. ويصل ذلك إلى الذروة في فترة المراهقة .. ولكن الأب العاقل هو من يسوس ولده في هذه المرحلة بمزيد من التفهم والحب والمرونة ولعلنا نعجب وننتسأل : لم هذا النظام العجيب للمعقد في نمو الأطفال العاطفي ؟ .. لماذا يبدأ الطفل بالتعلق الشديد بالوالدين وحين يكتشف ان هذا لا يجديه نفعاً سوى كبت مشاعره والإقلاع عنها في سن السادسة ؟ .. لماذا يحدث هذا فعلاً ؟ كل ما وصل اليه علماء النفس من أجل الإجابة عن هذا السؤال هو أن : هذه العملية المعقدة - وهي الحنين إلى أحد اللادين - ثم عملية الإقلاع عن هذا الحنين ، تلعبان دوراً هاماً في خلق ضمائم رائعة كثيرة في نفس الطفل ... مثل الطابع الروحي للحب والزواج والمثالية عند الإنسان ، وملكه الإبداع الفني والفضول العلمي بل واستقرار مجتمع الإنسان ...

## (( الصداقة لا تعرف سناً ))

الصداقات في سن الطفولة تذهب وتجيء ، ولكنها إذا استمرت فإنها تغدق على الطفل احساس من البهجة وراحه البال تظل تعاوده طوال حياته .. تطفو الدلائل الأولى للصداقة عند الطفل في مراحل عمره المبكرة. والطفل الدارج البالغ من العمر عامين قد يقيس روح الصداقة من الطفل الآخر الذي يماثله سناً قبل ان يعي معنى هذه الكلمة. ونحن جميعاً نحب ولاشك ان ينشأ أطفالنا محبوبيين ومحبين، سريعي الاندماج بالمجتمع . فإذا لاحظ الوالدين ان طفلهم محب للانطواء على نفسه والابتعاد عن معاشرة أقرانه بالمدرسة مثلاً ، أو إذا اكتشفا ان طفلتهما في المدرسة غير ودودة ولا محبوبة ، فعندها نقرع في المحيط الأسري أجراس الإنذار المبكر. لكل انسان منا ولا ريب ذكريات دائمة عن أصدقاء الطفولة. وبمقدار ارتفاع رتبة الصديق في قلب صديقه ، تبرز صورته بين الفينة والفينة ويرأها أوضح من صور كثير من آلاف الزملاء الذين يختلط بهم دائماً على مقاعد الدراسة بدءاً من حقوق رياض الاطفال وانتهاء بمسرح البلوغ والجامعة .

### مراحل الصداقة

تدل الدراسات التي أجريت على هذه الناحية من نواحي الطفولة ان الطفل يمر بسلسلة من المراحل التطورية . وقد لوحظ أن الأطفال لا يمنحون صداقتهم ومحبتهم جزافاً ، ولا يغمسون فوراً في صداقات حميمة. وكما أن الطفل منذ سن الرضاعة حتى الكبر يمر بمراحل عديدة من التطور الجسماني، فكذلك صداقته تمر

بمراحل شبيهة ، فهم في أول الأمر يكونون مع اصدقاء اللعب كيانات نفسية . وتكون نظرتهم اليهم في أول الأمر من منظور (الأنا). وبعد ذلك يصبحون قاندين على الشعور بوجهة نظر الآخرين والإدراك بأن الزملاء من حوله (ربما ) كانوا مختلفين عنه . ومع أنه لا وجود لمن معين يبلغها احد الأطفال في مرحلة ما من مراحل عمره وتطوره ، إلا أن علماء النفس لا يختلفون في أمر وجود سلسلة من التطورات يتبعها سائر الأطفال .ولو سئل طفل في الرابعة من عمره مثلاً عن السبب الذي يجب عليه طفلاً آخر ، فربما كان جوابه التقليدي عن هذا السؤال : (لأنه يلعب معي ) أو ( لأن عنده ألعاب كثيرة ).. وهذه هي المرحلة الأولى من الصداقة عند الطفل: مشاركته في اللعب / دونما حاجة بالضرورة لأن يلعب معه. وهذا النوع من صداقات الأطفال هو ما يطلق عليه علماء النفس اسم " الصداقة الآنية " . وفي هذه السن التي تتراوح بين الثالثة والسابعة من العمر ، لا تعد ديمومة التلاقي بين طفل وآخر ، علامة على التعلق والود ، وإنما ربما كانت تمليها معيشة الأسرتين متجاورتين. وفي هذه المرحلة من العمر لا تكون مفهوم الصداقة عند الأطفال بأنها صداقة تقوي على مغالبة الأيام ، ولو أن الطفليين يتلزمان بحكم الجوار سنوات وسنوات. ثم ينتقل الطفل في التطور الى المرحلة التالية بين الرابعة والتاسعة من العمر. وفي هذه المرحلة يصبح الطفل مدركاً لمن حوله من الناس وعالمه بأن أولئك الناس قد يختلفون عنه في نمط التفكير. وقد اطلق علماء النفس على هذه المرحلة "الطريق الأحادي للمساعدة". والصغار في هذه المرحلة لو سئلوا عن اسباب صداقتهم لفلان من الزملاء بأن الصديق هو الذي يفعل أموراً لا تروق له غير ان الأطفال عندما لا يدركون بأن العلاقة بين شخصين تتطلب

تبادل للمأخوذات والمعطيات. ان فهم طبيعة الأخذ والعطاء هو تطور هام في حياة الطفل الاجتماعية ، وهذا الفهم يحدث بين سن السادسة والثانية عشرة من العمر والأطفال في هذه المرحلة يدركون بأن الصداقة طريق ذو دربين يعالج حاجات ورغبات اثنين من الأشخاص، غير ان فكرة المقابلة بالمثل في هذه السن تظل فكرة أساسية جدا نتناول أحيانا محددة ولا تعني بأمر الصداقة ذاتها . وفيها يقوم الطفل بالتعاون مع زميله على اساس تبادل المنافع . وبيان بأمر على اساس المنفعة المتبادلة ، ومن سوء الحظ ان الطفل في هذا العمر يستخدم معرفته الجديدة استخداما سلبيا . ففكرة المقابلة بالمثل تتحول عندها الى المفهوم التالي: "إذا ضربتني فسأرد لك بالضربة". ولا يكون للصغير قادرا على تفهم للصداقة باعتبارها أمرا مستقيما قبل ان يدنو من سن المراهقة لو يدخلها . وعندها يعلم ان فردين من الناس ذوي شخصيتين مستقلتين عن بعضهما يتعلمان على التعاون فيما بينهما . وفي هذه المرحلة من المخادنة المتبادلة يكون الطفل بين التاسعة والخامسة عشرة من عمره قادرا على التطلع الى علاقة الصداقة. فالأصدقاء في مفهومهم يتبادلون المشاعر ويتعاونون على حل مشاكل بعضهم بعضا ، ويتقاسمون السراء والضراء ، ويطمنون إلى كتمان الأسرار المتبادلة . ويعتقد بعض علماء النفس بأن التطورات التي تحدث في هذه المرحلة هي مفتاح العلاقة بين الأفراد في مرحلة البلوغ . ان تمازج التجارب والنضج هو الذي يقود الصغار الى هذه المرحلة الجديدة من العمر فإذا كان أحد الصديقين ماهرا في الرياضيات مثلا وأسدى يد العون إلى صديقه الضعيف في هذه المادة ، فعندما يبدو جليا ان الزميل الآخر لابد ان يساعد على فهم مادة أخرى لا يتقنها الأول . ان هذه المرحلة من مراحل للصداقة هي التي

تضع أساس صداقة وثيقة. ولكي يشعر الأصدقاء بالثقة من متانة صداقتهم التي حد الإحساس بأن الإصرار التي يتبادلتها لن يطلع عليها الآخرون ولكي يشعروا بأنهما مقبولان لبعضهما بعضا بغض النظر عن نوع الصفات التي يتصفان بها فلا مناص من أن تكون صداقتهم حميمة أيضا . إن خصوصية هذه المرحلة تفسح المجال للمرحلة النهائية من مراحل التطور وهي مرحلة الاعتماد المتبادل على شخصين مستقلين ، وذلك بعد سن الثانية عشرة من العمر . وفي هذه السن يفهم الصديقان ان عليهما ان يمنحا بعضهما بعضا دعما عاطفيا قويا ومع ذلك ان يسمحا لبعضهما بتطوير علاقتهما المستقلة، فاحترام حالتي الاستقلال وتبادل الاعتماد بين الصديقين ، هو على ما يبدو . من الأمور الأساسية لدولم للصداقة . وعندما يبلغ الصغار هذه المرحلة المزوجة من صداقتهم ، فإن الصداقة عندها تكتسب نفس الصفات التي تنسم بها صداقات الكبار .

#### توقعات غير واقعية

فماذا ينبغي ان يعني هذا للوالدين ؟ على الوالدين الا يقلق بسبب صداقات صغارهما . ويجب عليهما ان يأخذا في الحسبان ابعاد الصغير ومرحلة تطوره هو ، لابعاد الوالدين ومراحل تطورهما . والحقيقة هي أن الصداقة عند الطفل هي العلاقة التي يجب على الوالدين ان يظل بمنحاة منها فلا يتدخل إلا إذا وجدا ان طفلهم يتعرض فعلا لأذى نفسي . فليس بمقدور الوالدين ان يدربا اطفالهما على مصادقة من حولهم . والأطفال يستطيعون ان يتكبروا أمورهم من هذه الناحية تنبرا طبييا بدون تدخل الوالدين في الأمر .

## فوائد الصداقة

ان ما يكسبه الطفل بسبب الصداقة أكثر بكثير مما يبدو ظاهريا على السطح فالصداقة الفعلية أكثر من زمالة وبهجة . ففي المراحل الأولى للصداقة يتعلم الأطفال كيف يعالجون الاختلافات في الرأي . وهم يتعلمون كيف يناقشون ويتحاورون ويتوصلون الى حلول وسط. انهم يتعلمون كيف يخلقون النظام فيما بينهم بدون ان يلجؤوا للكبار. كما ان الصداقات بين الأنداد تسمح للصغير بأن يكون لنفسه مفهوما خاصا عن ذاته عن طريق المقارنة. والصداقة تمنح الصغير شعورا بالانتماء للجماعة والواقع ان الجماعة تم يد العون للصغير الذي يطل على فتره الاستقلال في حياته عن أسرته. وفي حين ان قوة ضغط الرفاق على الصغير قد تثير الوالدين وتخرجهما عن طورهما احيانا ، فان هذه الفتره من التعرف على الذات الذي تولده الروح للجماعة، هي التي تسمح للصغير بأن يتكيف مع التأثير الجماعي وهكذا فإنه يستطيع ان يوجد توازنا بين نزاعه الاستقلالية ومتطلبات الحياة الاجتماعية .

## الإحساس بالأمان

إن هذه هي الأمور التي لا يستطيع الصغير اقتباسها من الوالدين أو من الأشخاص الكبار. أما ما يجب ان يحصل عليه الصغير من والديه هو الإحساس بالأمان . فأساس الصداقة عند الصغير هو أن تكون له علائق طيبة مع والديه . وإذا كان الصغير وثقا من والديه محترما للنظام عارفا لما يجوز له توقعه، فعندها يتولد لديه أساس راسخ ينطلق منه لتكوين الصداقات. أن سياسة ابتعاد الوالدين عن

أمور صداقات طفلهما قد تكون سياسة طيبة نظريا ، ولكن الوالدين قد يجدان ان من الصعب عليهما تطبيقها لاسيما اذا ما شعر للوالدان ان صغيرهما يصادق أشخاصا لا يرغبان له ان يصادقهما. ولكن يمكن القول بوجه عام ان صداقات من هذا النوع لا تَعمر طويلا . وفي حين ان الوالدين قد لا يحبان لصديق صغيرهما ، إلا انهما قد وجدا نفسيهما في وضع جديد في الشهر القادم . فقد دلت الأبحاث النفسية على ان الأصدقاء ميالون الى الموافقة على المبادئ التي ينادي بها الوالدان فيما يتعلق بالقيم الأساسية . واذا لاحظ الوالدان ان صغيرهما يختلط بأشخاص سيئين ، فمن الحكمة الا ينفردا بالزجر والتحريم ، بل عليهما ان يتباحثا مع الصغير في امر هذا الاختلاط وعن طريق هذه المناقشة يستطيعان إفهام الصغير عن معارضتهما وأسباب قلقهما من هذه الصداقة. فإذا شعر الصغير بقوة شخصيته وقدرته على مواجهة الأمور واتخاذ القرارات فعندها يستطيع مواجهة تلك الامور واتخاذ تلك القرارات . فالمرجع ان يسير الصغير وفق القيم والمبادئ التي يتبعها الوالدان ذاتهما .

\*\*\*\*\*

## المراجع

١. القدرات العقلية عند الأطفال - ثلما جوين ثيرستون / كاترين مان بيرن .
٢. للأطفال مشاكل نفسية - د / ملاك جرجس.
٣. نكاه الطفل المدرسي - د / محمد أحمد الدلباسي.
٤. الدفاع عن طفل آخر زمن - نادية يوسف.
٥. دليل صحة طفلك بين يديك - عائدة الرواجبة.
٦. تصميم البرنامج التربوي للطفل - د / يسرية صادق . د / زكريا الشربجي .
٧. مشكلات الطفولة والمراهقة - د / عبد الرحمن العيسوي.
٨. كيف نبني الثقة بين الآباء والأبناء - عائدة الرواجبة .
٩. الطفل من الخامسة إلى العاشرة - أرنولد جزل.
١٠. غذاء السنوات الأولى لطفلك - عائدة الرواجبة.
١١. ألف باء مشاكل الطفولة - عائدة الرواجبة .
١٢. كيف يلعب الأطفال للمتعة والتعلم - جان شك جرو سمان.
١٣. العلاج النفسي الجماعي للأطفال باستخدام اللعب - د / كاميليا عيد الفتاح .
١٤. للغة والطفولة - د / صالح للشماع .
١٥. كوني أفضل معلمة لطفلك - عائدة الرواجبة.
١٦. مشكلات الطفولة والمراهقة - د / عبد الرحمن العيسوي.
١٧. موسوعة علم النفس - اسعد رزوق.
١٨. التربية الإسلامية - أحمد شليمي .
١٩. كيف تنشئ أطفالك يعتمدون على أنفسهم - عائدة الرواجبة.



## فهرس

الموضوع	الصفحة
المقدمة .....	٣
تربية الآباء أهم من تربية الأبناء .....	٥
الإجازة وسيلة تربوية .....	٧
سعادة الأسرة بسعادة الطفل .....	٩
أيها الأب اترك العصا .....	١٢
رد الاعتبار لعقوبة صفع اللقا .....	٢٠
كيف تعاقبيه .....	٢١
كيف يتعلم الطفل .....	٢١
أشد ما يحتاج إليه طفلك .....	٢٦
اتخاذ القرارات من شأن الأطفال أيضا .....	٣٠
طفلك موهوب لاحظي سلوكه اليومي .....	٣٣
تجارب مؤلمة يمر بها الطفل .....	٣٨
مشاكل الآباء الجدد .....	٤٣
الأم العادلة مع أطفالها .....	٤٧
لنوفر لأبنائنا الحب .....	٥١
علم طفلك الشجاعة .....	٥٤
الطفل للخجل كيف نشجعه ونرعا .....	٥٩
الطفل العصبي فتش عن الأخطاء السلوكية .....	٧٣

٨٨	قائمة بالأخطاء السلوكية التي تمارسها الأسر الصاعدة للقلق والبدائل.....
٩٣	المشاركة هي ما يحتاج إليه الطفل لكي ينجو من الحقد المدمر.....
١٠٢	اضطراب الملوك عند الأطفال.....
١٠٥	دلال الطفل والفساده.....
١٠٩	الطفل طويل اللسان.....
١١٢	الطفل المخرب.....
١١٥	لنرفع شعار معادة البيت أولا.....
١٢١	العناية بالأطفال.....
١٢٨	نمو الطفل مرتبط بنوع غذائه.....
١٢٩	مشاكل النوم عند الأطفال.....
١٣٣	رياضة الطفل.....
١٣٦	لنف باء مشاكل الطفولة.....
١٥٢	الصفات الاجتماعية.....
١٦١	حتى يكون طفلك اجتماعيا.....
١٦٦	كيف تساعد الطفل في علاقاته الاجتماعية؟.....
١٧٠	ابعديه عن أولاد السوء.....
١٧٣	الإدراك عند الطفل.....
١٧٥	طفتي يتأخر عن الكلام ما السبب؟.....
١٧٩	النطق : صوبه وعلاجه.....
١٨٦	الصمم عند الأطفال سببه عصر الولادة.....
١٨٨	ولدي بدأ يكتب.....

١٩٣	..... طفلك في يومه الأول بالمدرسة
١٩٦	..... للطلاب بين الأهل والمدرسة
٢٠١	..... المدرسة والطفل ومؤازرة الأهل
٢٠٥	..... كيف نساعد على التفوق في المدرسة
٢٠٧	..... ما هو الذكاء؟
٢١١	..... نظريات تعليم القراءة
٢١٦	..... الأطفال المشاكسون في المدرسة
٢٢٤	..... صحة طفلك بين يديك
٢٢٨	..... نصائح طبية لك ولطفلك لوقايته من الإسهال والجفاف
٢٣٠	..... صحة الأسرة رفاهية المجتمع
٢٣٣	..... الرضاعة الطبيعية طفولة سعيدة وشباب دائم
٢٣٥	..... علمي طفلك ماذا يأكل
٢٤٢	..... عندما يأكل طفلك بالإكراه
٢٤٦	..... لنقذ حياة طفلك باللقاحات
٢٥٠	..... الحروق والتسمم تهديد للأطفال
٢٥٤	..... الطفل عندما يقع
٢٥٥	..... خطر كبير لا تشد المولود من ذراعه
٢٥٧	..... دمي الأطفال ملوئى ويلوئى
٢٧٢	..... أجسام غريبة في الأذن والأنف والمعدة والبلعوم
٢٧٧	..... العاهة الأذنية تبطن دماغ الطفل
٢٧٨	..... نستعمل ذكاءك للتغلب على التخلف العقلي

٢٨١ .....	نفسية الطفل
٢٨٥ .....	الطفل الوحيد مشكلة نفسية
٢٨٨ .....	الصحة النفسية للطفل في سنته الأولى
٢٩١ .....	تطور الطفل نفسيا وذهنيا
٢٩٩ .....	عصبية الأطفال أسبابها وعلاجها
٣٠٢ .....	الخوف وعدم الثقة عند الأطفال
٣٠٧ .....	لماذا يكذب الأطفال ؟
٣١١ .....	زوج الأم وزوجة الأب كيف يقدمان الحب للصغار الأبرياء
٣١٢ .....	النحافة والسمنة عند الأطفال
٣١٥ .....	الحب عند الأطفال
٣١٨ .....	الصدقة لا تعرف سنا
٣٢٤ .....	للمراجع
٣٢٥ .....	الفهرس

بسم الله الرحمن الرحيم







Bibliotheca Alexandrina



0518461

دار أسامة للنشر والتوزيع  
الأردن - عمان

تلفاكس / ٥٨٦٢٦٢٣ - ٤٦٤٧٤٤٧

ص . ب ١٤١٧٨١